

№ 6 (473 შპ)

კ-219

ნათელა ვარშანიძე

აჭარაში გავრცელებული
სამკურნალო მცენარეების
სახეობრივი მრავალფეროვნება



ბათუმის შოთა რუსთაველის სახელმწიფო
უნივერსიტეტი

ნათელა ვარშანიძე

აქარაში გავრცელებული სამკურნალო
მცენარეების სახეობრივი
მრავალფეროვნება

საქართველოს შიდა საქმეების
მინისტრის განკარგულებაში
მოსთავრებულია

№ 7079

№



გამომცემლობა
„შოთა რუსთაველის სახელმწიფო უნივერსიტეტი“
ბათუმი - 2013

UDC(უაკ) 581.6:615.32+633.88(479.223)
3-219

რედაქტორი ქეთევან დოლიძე – ბიოლოგიის აკადემიური
დოქტორი, ბათუმის შოთა რუსთაველის
სახელმწიფო უნივერსიტეტის ბიოლოგიის
დეპარტამენტის სრული პროფესორი

რეცენზენტები: მარინა მოსულიშვილი - ილიას სახელმწიფო
უნივერსიტეტის ასისტენტ-პროფესორი, ბიოლოგიის
მეცნიერებათა დოქტორი
მაია ახალკაცი - ილიას სახელმწიფო
უნივერსიტეტის ასოცირებული პროფესორი,
ბოტანიკის ინსტიტუტის მცენარეთა გენეტიკური
რესურსების განყოფილების გამგე, ბიოლოგიის
მეცნიერებათა დოქტორი
ნანა გოგინაშვილი - საქართველოს აგრარული
უნივერსიტეტის უფროსი მეცნიერ თანამშრომელი
სოფლის მეურნეობის მეცნიერებათა აკადემიური
დოქტორი.

ISBN 978-9941-434-20-4

© „შოთა რუსთაველის სახელმწიფო უნივერსიტეტი“ – 2013

წინასიტყვაობა

სამკურნალო მცენარეებს უხსოვარი დროიდან იყენებს ადამიანი. მათ გამოყენებას აქტუალობა არ დაუკარგავს თანამედროვე ეტაპზე. დღეისათვის მრავალი დაავადება იკურნება სინთეზური პრეპარატებით, მაგრამ ხშირ შემთხვევებში ისინი იწვევენ გვერდით მოქმედებებს, ალერგიებს, მრავალი სახის ქრონიკულ ტოქსიკოზებს და ავლენენ ტერატოგენულ, მუტაგენურ და კონკეროგენულ მოქმედებას, რაც არ არის დამახასიათებელი სამკურნალო მცენარეებისაგან დამზადებული პრეპარატებისათვის. ამიტომ განვითარებული ქვეყნების ოფიციალურ მედიცინაში სულ უფრო და უფრო იზრდება სამკურნალო მცენარეებისაგან დამზადებული პრეპარატების წილი. ამის დამადასტურებელია ის, რომ 2010 წლისათვის სამკურნალო მცენარეების იმპორტი აშშ-ში 40%-ით გაიზარდა და სამკურნალო მცენარეების შესწავლას ეძღვნება სპეციალური სიმპოზიუმები. ამდენად, სამკურნალო მცენარეების შესწავლა და მათი რესურსების დაცვა თანამედროვეობის ერთ-ერთი აქტუალური პრობლემაა. აღნიშნული გარემოება გახდა მიზეზი წინამდებარე მონოგრაფიის მომზადებისა, სადაც განხილულია აჭარის ოფიციალურ თუ ხალხურ მედიცინაში გამოყენებული ველური და ინტროდუცირებული სამკურნალო მცენარეები, რომლებიც გამოიყენება მეცნიერულ ან ხალხურ მედიცინაში. მოცემულია თითოეული სახეობის მოკლე ბოტანიკური დახასიათება, გავრცელება და ადგილსამყოფელი აჭარის პირობებში, სამკურნალო ნედლეულის გამოშრობის წესები და ფიტოქიმიური შემცველობა, გამოყენება და ოჯახურ პირობებში პრეპარატების მომზადების წესები.

აბზინდა
Artemisia absinthium L.
Пальнь горкая



დახასიათება. 1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი, არომატულსუნიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. მთელი მცენარე დაფარულია უხვი, თეთრი ბუსუსებით, რის გამოც აქვს ვერცხლისფერ-თეთრი ფერი. ღერო დატოტვილია. მის ქვედა ნაწილში განლაგებულია გრძელყუნწიანი, სამნაკვთიანი ფოთლები. ღეროს შუა ნაწილში ფოთლები მოკლეყუნწიანი და ორნაკვთიანია, კენწრული ფოთლები კი უყუნწოა. ყვითელი, წვრილი, მილისებური ყვავილები შეკრებილია 30 მმ დიამეტრის კალათებად, რომლებიც, თავის მხრივ, შეკრებილია ერთ მხარეს მიმართულ მტევნებად. ნაყოფი წვრილი თესლურაა. ყვავილობს ივლის-აგვისტოში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებზე. გავრცელებულია ბაღების ნაპირებზე, პლანტაციებში, გზების გასწვრივ, ტორფიანი ჭაობის მისადგომებთან. გავრცელების ადგილია ქობულეთი, ჩაქვი.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ კოკრობისა და ყვავილობის პერიოდში, ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში. შენახვის ვადა 2 წელია.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბალახი შეიცავს 20% ეთერზე-
თებს, ლაქტონებს, გლიკოზიდებს, ფლავონოიდებს, ორგანულ მჟა-
ვეებს, K და P ვიტამინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფისებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. აზინდა ძველთაგანვე მიჩნეულია მადის აღმ-
ძვრელ ერთ-ერთ საუკეთესო საშუალებად. მისგან დამზადებული
პრეპარატები ხელს უწყობს საჭმლის მომნელებელი წვენების გამ-
ოყოფას. იყენებენ ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების
დროს. ფარმაცევტულ ქარხნებში მცენარისაგან მზადდება დამახას-
იათებელი სუნის მქონე სქელი, მადის აღმძვრელი ექსტრაქ-
ტიდაბზინდინი. ოჯახის პირობებში ამზადებენ ნაყენს, რისთვისაც 1
ს/კ დაქუცმაცებულ მშრალ ბალახს ასხამენ 2 ჩ/ჰ მდულარე წყალს,
დგამენ 20 წუთს, წურავენ და სვამენ თითო ს/კ 3-ჯერ დღეში
ჭამის წინ.

აზინდას, როგორც სამკურნალო საშუალებას, იყენებდა ფემზე,
ქანანელი, ფანასკერტელი და დავით ბატონიშვილი.

ალისფერი სათითურა

Digitalis purpurea L.

Наперстянка пурпуровая

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 1,5 მ სიმაღლის
ორწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა შავწა-
მალასებრთა (*Scrophulariaceae*) ოჯახ-
იდან. სიცოცხლის პირველ წელს უვი-
თარდება ფესვის ყელთან როზეტად შეკ-
რებილი შებუსული, მოგრძო ფოთლები,
მეორე წელს - სწორმდგომი საყვავილე
ღერო, რომელზეც ვითარდება ერთ მხა-
რეს მიმართული, წითელი, ზარისებური
ყვავილები. ნაყოფი კვერცხისებური კო-
ლოფია მრავალი წვრილი თესლით. ყვა-



ვილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. მცენარის სამშობლოა ცენტრალური და დასავლეთი ევროპა. აქარაში გაველურებულია, იზრდება ზღვისპირა დაბლობებზე და ფერდობებზე. გავრცელების ადგილია ბოტანიკური ბაღი, ჩაქვი, ციხისძირი, ქობულეთი.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ მზიან ამინდში, რადგან საგულე გლიკოზიდების დაგროვება ხდება სინათლეზე. ნედლეულს აშრობენ სწრაფად, შეგროვებისთანავე, მზისგან დაცულ ადგილას. ნელი შრობისას საგულე გლიკოზიდები იშლება.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს, კერძოდ, კარდენოლიდებს: პურპურეაგლიკოზიდ A-ს, პურპურეაგლიკოზიდ B-ს და გლუკოგიტალოქსინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფოთლებისაგან მიღებული პრეპარატები მედიცინაში გამოიყენება არითმიისა და სისხლის მიმოქცევის დარღვევის დროს, როგორც გულის კუნთისა და სისხლძარღვების მოქმედების მარეგულირებელი საშუალება. ისინი აძლიერებენ სისტოლას და აღრმავებენ დიასტოლას, ანელებენ გულის კუნთის მუშაობას, მაგრამ გლიკოზიდის ხანგრძლივი მიღება არ შეიძლება, რადგან ისინი გროვდება ორგანიზმში და შეიძლება გამოიწვიოს მოწამვლა. საჭიროა პრეპარატის შეცვლა მორიგეობით სხვა პრეპარატებით, რომლებიც ნაკლებად ტოქსიკურია. ფარმაცევტულ მრეწველობაში ამ მცენარისაგან მზადდება პრეპარატები: მშრალი ექსტრაქტი, დიგიტოქსინი, გიტალენი, დიგიპურენი, კორდიგიტი.

ალუბალი ჩვეულებრივი

Cerasus vulgaris Mill.

Вишня обыкновенная

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 7 მ-მდე სიმაღლის დატოტვილი, ფოთოლმცვენი ხეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ფოთლები

მარტივია, ელიფსური, ყუნწიანი და ხერხკბილა. თეთრი ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედად. ნაყოფი მუქი წითელი კურკიანაა. ყვავილობს აპრილ-მაისში, ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული ჰიბრიდული მცენარეა.

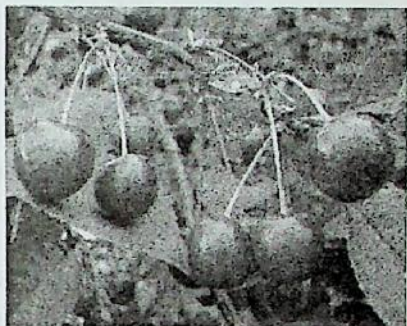
ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ე უ ლ ი ა ნაყოფები, რომლებსაც კრეფენ სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნაყოფები შეიცავს 17,5% შაქრებს, 11% პექტინს,

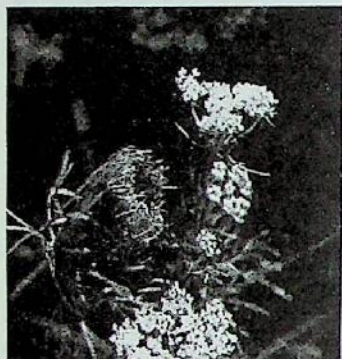
2,7% ორგანულ მჟავებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, 26%-მდე სახამებელს, B, C, PP ვიტამინებს, რკინას, მაგნიუმს, მინერალურ მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ალუბლის ნაყოფები აუმჯობესებს მადას. რკინის შემცველობის გამო მას უნიშნავენ სისხლდენის დროს. ალუბლის ნაყენი აქრობს წყურვილის შეგრძნებას, რბილობს აქვს ანტისეპტიკური მოქმედება.

ხალხურ მედიცინაში ალუბლის წვენი გამოიყენება ნახველის ამოსაღებ საშუალებად. დადგენილია, რომ ალუბლის ყუნწების ნახარში ხასიათდება შარდმდენი და ფაღარათის საწინააღმდეგო თვისებებით. ნახარშის მოსამზადებლად 1 ს/კ ყუნწებს ასხამენ 1 ზ/ჰ წყალს და ადუღებენ 5 წთ-ს, აცივებენ და ღებულობენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.



ამი კბილის
***Ammi visnaga* (L.) Lam.=*Visnaga daucoides* Gaertn.**
Ами зубная



დახასიათება. 35-80 სმ სიმაღლის ორწლიანი, სწორმდგომი ბალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (*Apiaceae*) ოჯახიდან. ფრთისებრდანაკვეთული, ყუნწიანი ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული. წვრილი, თეთრი, არასასიამოვნო სუნის ყვავილები ღეროს წვერში შეკრებილია რთულ ქოლგებად. ნაყოფი მოგრძო, მუქი მწვანე, ტყუპი თესლურაა. ყვავილობს ივნის-აგვის-

ტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება. კულტივირებული მცენარეა, წარმოშობით ხმელთაშუა ზღვის ქვეყნებიდან. იზრდება ქობულეთისა და ბათუმის მიდამოებში.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს გლიკოზიდებს: კელინს, ვისნაგინს, ვისნადინს, ეთერზეთებს, ფუროკომარინებს, ფლავონოიდებს, 0,2% ეთერზეთებს და 20% ცხიმებს.

გამოყენება. ნაყოფისაგან დამზადებული პრეპარატები გამოიყენება შარდგამომყოფი გზებისა და თირკმლების დაავადებების დროს. კელინი შედის პრეპარატების “კელლატრენის”, “ვიკალინის” “მარელინის” შემადგენლობაში, რომლებიც გამოიყენება შარდის გამომყოფი გზების და თირკმლების დაავადებების სამკურნალოდ.

ანჩლა

Trachistemon orientalis (L.) G. Don fil.

Нордманния восточная

დახასიათება. 20-40 სმ სიმაღლის, მრავალწლიანი, ჯაგრისებური ბეწვებით დაფარული, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჭოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. ფოთლების ნაწილი ფესვთანურია, ნაწილი ღეროსეული ფესვთანური ფოთლები გულისებურია, გრძელყუნწიანი. ღეროსეული ფოთლები უფრო პატარაა და ლანცეტა. ცისფერი ყვავილები შეკრებილია მრავალყვავილიან ილიურ საგველებად. ნაყოფი კაკლუქაა. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში.



გავრცელება. იზრდება მთელი ტყის სარტყელში. გვხვდება ტენიან, დაჩრდილულ ადგილებში, წიფლნარ ტყეებში. ხშირად ქმნის რაყას.

სამკურნალო ნედლეულია ყველა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს გლიკოზიდებს, საპონინებს, ფლავანოიდებს, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება. აჭარის ხალხურ მედიცინაში მცენარეს იყენებენ მუწუკების და ძირმაგარების სამკურნალოდ. პატარა ზომის მუწუკზე ადებენ ფოთოლს, ძირმაგარის დროს – მთლიან მცენარეს რეცხავენ, ხარშავენ რძეში ერთგვაროვანი ფაფის მიღებამდე. მიღებულ ფაფას ადებენ ძირმაგარაზე და შეახვევენ. მუწუკისაგან იღვენება ჩირქი და მთლიანად იკურნება.

ანწლი
Sambucus ebulus L
 Бузина травянистая



დახასიათება. 1,5 მეტრამდე სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა ცხრატყავასებრთა (Caprifoliaceae) ოჯახიდან. ღერო ღრუიანია და დაღარული, სწორმდგომი. მოპირდაპირედ განლაგებული ფოთლები კენტფრთართულია და კიდედაკბილული. თეთრი ყვავილები შეკრებილია ქოლგა ყვავილედებად. ნაყოფი შავი კენკრაა. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფი მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელება. იზრდება ნესტიან ადგილებში, ღობის ძირებში, ტყისპირებზე, გზისპირებზე, რუდეღარულ ადგილებში. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე.

სამკურნალო ნედლეულია ნედლი ფესვები, ფოთლები და ნაყოფები. ფოთლებს და ფესვებს აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის პერიოდში. ნაყოფებს – სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, ეთეროვან ზეთებს და მწარე ნივთიერებებს.

გამოყენება. აჭარის ხალხურ მედიცინაში ნაყოფების შაქრიანი ნაყენი წარმოადგენს კუჭის შემკვრელ უებარ საშუალებას, ხოლო ფესვებისა და ფოთლების წვენი გამოიყენება ყურის ტკივილის დროს. იწვეთებენ 2-2 წვეთ ფესვის ან ფოთლის თბილ წვენს მტკივან ყურში. ნაყოფებისაგან ნაყენის მოსამზადებლად მინის ქილაში ყრიან 0,5 კგ ნედლ ნაყოფს და ამატებენ ამავე რაოდენობით შაქარს, დგამენ მზეზე 1 კვირის განმავლობაში, წვენის გამოსვლის შემდეგ ინახავენ გრილ ადგილას.

არყი

Betula litwinowii Doluch.

Береза ЛИТВИНОВА

დახასიათება. 16-18 მ სიმაღლის ერთსახლიანი ხეა არყისებრთა (Betulaceae) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი თეთრია, ერთწლიანი ყლორტების ქერქი – ნაცრისფერი, ვეგეტაციის პირველ პერიოდში დაფარული ბუსუსებით, შემდეგ – შიშველი. ფოთლები კვერცხისებურია, ორმაგხერხბილა. ყვავილები ცალსქესიანია. მდედრობითი და მამრობითი ყვავილები შეკრებილია გრძელ, დაკიდულ მჭადებად. ნაყოფი ფრთიანი კაკალია. ყვავილობს დეკემბერ-თებერვალში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში.



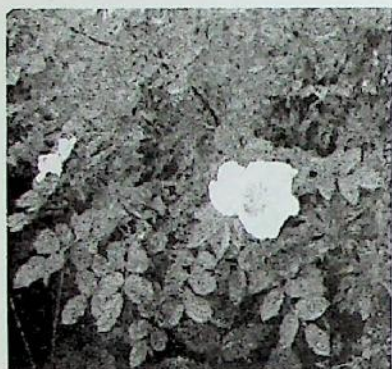
გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის ზედა და სუბალპურ სარტყელში. გავრცელებულია ტყეებში, ბუჩქნარებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა კვირტები და ფოთლები. კვირტებს აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე, მათი გაბერვის პერიოდში, ფოთლებს – მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში. კვირტებს აშრობენ მზეზე, რადგან ჩრდილში ისინი იხსნება. ფოთლებს აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. კვირტები შეიცავს 5-8% ეთეროვან ზეთებს და მთრიმლავ ნივთიერებებს. ფოთლები შეიცავს 0,05% ეთეროვან ზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ასკორბინის მჟავას, საპონინებს, ფლავონოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. კვირტები და ფოთლები გამოიყენება ნალველმდენ და შარდმდენ საშუალებად ქოლეცისტიტის დროს. ნედლეულისაგან ამზადებენ წყლიან ნაყენს შეფარდებით 1:10, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.

ასკილი
Rosa canina L.
 Шиповник



დახასიათება. 2 მ-მდე სიმაღლის დატოტვილი, ეკლიანი ბუჩქია ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ღერო და ტოტები დაფარულია მოყავისფრო-წითელი ქერქით და კაუჭა ეკლებით. ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული, ისინი კენტფრთართულია, ელიფსური ფოთოლაკებით. ყვავილები ვარდისფერია ან თეთრი, მარტოული, სურნელოვანი.

ნაყოფი ქოთნის ფორმის წარმონაქმნია, რომლის შიგნით მრავალი თესლურაა მოთავსებული. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება. იზრდება მდინარეთა ნაპირებზე, მდელოებზე, ბუჩქნარებში, გაკაფულ ტყეებში ტყისპირებზე, ხრამებში, მდინარეთა ხეობებში.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, აშრობენ ჰაერზე, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. ასკილის ნაყოფები მდიდარია C, P, B, A, K ვიტამინებით, ასევე შეიცავს ფლავონურ გლიკოზიდებს – კემპფეროლს და კვეცრეტინს, 18% შაქარს, 4,5% მთრიმლავ ნივთიერებებს, 3,7% პექტინებს, ორგანულ მჟავებს, ეთერზეთებს, კალიუმის მარილებს, რკინას, მანგანუმს, ფოსფორს, კალციუმს, მაგნიუმს. თესლებში მოიპოვება ცხიმოვანი ზეთები და ვიტამინი E.

გამოყენება. ასკილის ნაყოფები ხასიათდება პოლივიტამინური, ფიტონციდური, ბაქტერიოციდული, ნალველ-

მდენი, ანთების საწინააღმდეგო, საჭმლის მომწელებელი ტრაქტის მარეგულირებელი და შარდმდენი თვისებებით.

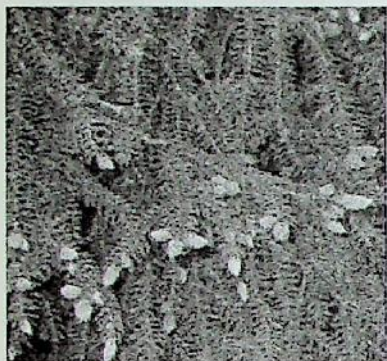
გამოიყენება ნაყენის, სიროფის, ექსტრაქტისა და ფხვნილის სახით სისხლნაკლებობის, ორგანიზმის დაუძლურების, ათეროსკლეროზის, ინტოქსიკაციური პროცესების (ქუნთრუშა, დიფტერია, პნევმონია, ყივანახველა და სხვა), თირკმლის, ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების დროს. ზემოქმედებს ძვლის ტვინის ფუნქციაზე და ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლაზე.

ფარმაცევტულ მრეწველობაში ამზადებენ ასკილის ნაყოფის თხიერ ექსტრაქტს „ხოლოსასს“, რომელსაც იყენებენ ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის ანთების დროს. ხალხურ მედიცინაში ნაყოფების ნაყენი ფართოდ გამოიყენება ორგანიზმის დაუძლურების, გრიპის, კენჭოვანი დაავადების, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, გასტრიტის, კოლიტის, სისხლნაკლებობის დროს. ოჯახურ პირობებში ნაყენის მოსამზადებლად 200 გ ნაყოფს ასხამენ 500 მლ მდუღარე წყალს, აჩერებენ 8 სთ—ით სიბნელეში და დებულობენ ყავის ქიქით 2-ჯერ დღეში, ჭამამდე 30 წთ—ით ადრე. C ვიტამინი უკეთ ინახება, თუ ნაყოფებს მოათავსებენ თერმოსში, დაასხამენ მდუღარე წყალს და გააჩერებენ 10-12 სთ-ის განმავლობაში.

აღმოსავლური ნაძვი
***Picea orientalis* (L.) Link.**
Ель восточный

დახასიათება. 30-50 მ სიმაღლის სწორმდგომი, მარადმწვანე, კონუსისებურვარჯიანი, წიწვოვანი ხეა ფიჭვისებრთა (Pinaceae) ოჯახიდან. ფოთლები (წიწვები) ნემსისებურია, ოთხწახნაგოვანი, სპირალურად განლაგებული. ერთსახლიანი მცენარეა. მამრობითი გირჩები განლაგებულია ყლორტების ქვედა ნაწილში, მდედრობითი გირჩები — ყლორტების ზედა ნაწილში. ნორჩი გირჩები წითელია ან მწვანე, მომწიფებული — რუხი ფერის, წაგრძე-

ლებულ-ცილინდრული, 15 სმ-მდე სიგრძის. თესლები მწიფდება ზამთრის მეორე ნახევარში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის შუა და ზედა სარტყლის შერეულ და წიწვოვან ტყეებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა წიწვები, ყლორტები და გირჩები, რომლებსაც აგროვებენ გაზაფხულულიდან შემოდგომამდე, აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნედლეული შეიცავს ეთერზეთებს, ფიტონციდებს, მთრიმლავ

ნივთიერებებს, ფისებს, ვიტამინ C-ს 4 მგ-%-ს, რვინის, ქრომის, მანგანუმის, სპილენძის, ალუმინის მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ნედლეულისაგან დამზადებული ნაყენი და ნახარში გამოიყენება ღრძილების ანთების დროს ან პროფილაქტიკური მიზნით, ასევე. სასუნთქი გზების დაავადებების, კერძოდ, ანგინის, ტრეიქეიტის, ტონზილიტის, ლარინგიტის, ბრონქიტის, ბრონქული ასთმის, სურავანდის სამკურნალოდ, ორგანიზმში ვიტამინ C-ს უკმარისობისას. ნაყენის მოსამზადებლად 40 გ (2 ს/კ) ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/ჭ მდულარე წყალს, აჩერებენ 4 სთ-ს, წურავენ და ივლებენ პირის ღრუში 3-ჯერ დღეში. ნახარშის მოსამზადებლად 40 გ (2 ს/კ) ნედლეულს ასხამენ 200 მლ წყალს და ადულებენ 30 წთ-ს წყლის აბაჯანზე, აცივებენ, წურავენ და ივლებენ პირის ღრუში 5-6-ჯერ დღეში ან იწვეთებენ 4-5 წვეთს თითოეულ ნესტოში.

კანის გარეგანი დაზიანების სამკურნალოდ ამზადებენ მალამოს ნაძვის ფისის, ცვილისა და კარაქის თანაბარი რაოდენობის შერევით. ამ მალამოს იყენებენ ფურუნკულების, ჩირქროვების, წყლულების, ქრილობების და დაქუეილობის სამკურნალოდაც.

აჭარის ყოჩივარდა
Cyclamen adzharicum Pobed.
Цикламен аджаринский



დახასიათება. 10-20 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ტუბეროანი ბალახოვანი მცენარეა ფურისულასებრთა (Primulaceae) ოჯახიდან. გრძელყუნწიანი ფოთლები თავმოყრილია ფესვის ყელთან. ფოთლის ფირფიტა ფართო თირკმლისებურია, კიდეშლიანი, ზედა მხრიდან მოთეთრო-მწვანე ლაქებით, ქვედა მხრიდან – წითელი. ყვავილები ვარ-

დისფერია, გრძელყუნწიანი, თავდახრილი. ნაყოფი სფერული კოლოფია მრავალი თესლით. ყვავილობს თებერვალ-მარტში. ნაყოფები მწიფდება აპრილ-მაისში. დეკორატიული, ტოქსიკური მცენარეა.

გავრცელება. იზრდება ფერდობებზე, ტყის ხეობებში, ბუჩქნარებში, გაჩეხილ ადგილებში და სხვაგან. გვხვდება წიფლნარ, მუხნარ, წაბლნარ ტყეებში, მდინარეთა ხეობებში.

სამკურნალო ნედლეულია ტუბერები, რომლებსაც აგროვებენ გვიან შემოდგომაზე ან ზამთარში, ვეგეტაციის დაწყებამდე. ნედლეულს აშრობენ ღია ცის ქვეშ ან საშრობებში.

ქიმიური შემცველობა. ტუბერები შეიცავს საპონინ ციკლამინს, ალკალოიდებს.

გამოყენება. ტუბერის წვენი გამოიყენება გრიპისა და გაცივების დროს ცხვირიდან გამწელებული სუნთქვის გასაუმჯობესებლად, ასევე ხანგრძლივი თავის ტკივილის დროს, რომელიც გამოწვეულია ჰაიმორიტითა და ფრონტიტით. წვენის მისაღებად ტუბერს ხეხავენ და წურავენ დოლბანდში, მიღებულ წვენს იწვეთებენ ცხვირის თითოეულ ნესტოში თითო წვეთს დილით და საღამოთი.

ბაბუაწვერა
Taraxacum officinale Wigg.
Одуванчик

დახასიათებთ. 10-20 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, რძეწვნიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ფოთლები გრძელყუნწიანია, ფრთისებრ განკვეთილი, ლანცეტა, თავმოყრილია ფესვის ყელთან. ყვითელი ყვავილები



შეკრებილია კალათა ყვავილედებად. ნაყოფი თესლურაა, საფრენი აპარატი. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-სექტემბერში.

გავრცელებით. იზრდება ზღვის სანაპირო ზოლიდან სუბალპებამდე. გვხვდება მდელოებზე, ბაღებში, მინდვრებში, გზისპირებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფესვები, რომელსაც აგროვებენ გვიან შემოდგომაზე ან გაზაფხულზე, როცა მცენარის მიწისზედა ნაწილები ჩამხმარია, წმენდენ ფოთლებისაგან, რეცხავენ, ფენენ თხლად და აშრობენ ჰაერზე.

ქიმიური შემცველობით. ფესვები შეიცავს 40%-მდე ინულინს, 20%-მდე შაქრებს, 0,25%-მდე ვაშლის მჟავას, 2,3%-მდე კაუჩუკს, გლიკოზიდ ტარაქსაცინს, ფისებს, ცხიმოვან ზეთს, ნაკლებად შესწავლილ ტრიტერპენულ შენაერთებს, სპირტებს, სტერინებს.

გამოყენებთ. ბაბუაწვერას ფესვების ნაყენს იყენებენ შეკრულობის (ყაბზობის) სამკურნალოდ. ასევე, ცნობილია, როგორც შარდმდენი და ნალველმდენი საშუალება.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 სუფრის კოვზ წვრილად დაქუცმაცებულ ფესვებს ყრიან 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალში, აჩერებენ 20 წთ-

ის განმავლობაში, წურავენ და ლებულობენ ჭიქის მეოთხედ ნაწილს დღეში 3-ჯერ, ჭამამდე 30 წთ-ით ადრე.

ბაბუაწვერა უძველესი სამკურნალო მცენარეა. ჯერ კიდევ თეოფრასტე იყენებდა მას ჭორფლისა და პიგმენტური ხალების მოსაცილებლად, რომელიც გამოწვეული იყო ღვიძლის დაავადებით. მე-16 საუკუნეში გერმანიაში ბაბუაწვერას იყენებდნენ, როგორც ძილის მომგვრელ და დამამშვიდებელ საშუალებას. რძენენი გამოიყენება კოჟრების და მეჭეჭების მოსაცილებლად.

ბარამბო

Melissa officinalis L.

Мелиса лекарственная

დახასიათება. 30-80

სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარე ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. სწორმდგომ ღეროზე მოპირდაპირედ განლაგებულია კვერცხისებური, კიდედაკბილული, შებუსული ფოთლები. თეთრი ფერის ყვავილები ორტუჩაა. შედგება



სამნაკვეთიანი ზედა ტუჩისა და გაბერილი, ორნაკვეთიანი ქვედა ტუჩისაგან. ისინი ფოთლის იდლიებში ქმნის ფარისებურ ყვავილედს. ნაყოფი კაკულუჟაა. მცენარეს აქვს ლიმონის სუსტი სურნელი. ყვავილობს ივლის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელება. მცენარის სამშობლოა აღმოსავლეთი აზია. საქართველოში შემოტანილი იქნა არაბების და ბერძნების მიერ. თავდაპირველად მოჰყავდათ ბოსტნებში, ამჟამად გავლურებულია, იზრდება ტენიან ტყეებში, მთის შუა სარტყლამდე ხშირად გვხვდ-

ბა ბერძნული კაკლის ძირას. გვხვდება ჩაქვისთავში, ქედისა და შუახევის მიდამოებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მცენარის მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ 40-50°C-ზე საშრობში ან ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მიწისზედა ნაწილები შეიცავს 0,2% ეთეროვან ზეთებს, რომლის ძირითადი კომპონენტებია ცინეოლი, პერანიოლი, ციტრალი. ასევე, გვხვდება მთრიმლავი ნივთიერებები, ლორწო, ფისები, ვიტამინი C, კაროტინი და სხვა.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მცენარის პრეპარატები გამოიყენება ნევრალგიის, ისტერიის, აგზნებადობის, კრუნჩხვების დროს, როგორც დამამშვიდებელი საშუალება. ჯერ კიდევ იზნ-სინა (ავიცენა) აქებდა ბარამბოს, როგორც ცხოვრების უნარის ამამაღლებელ და მელანქოლიის საწინააღმდეგო საშუალებას.

ოჯახურ პირობებში მზადდება ნაყენი ან ნახარში შეფარდებით 1:10. იღებენ ს/კ-ით 3-4-ჯერ დღეში. ბალახი შედის პრეპარატების: „ნოვოპასიტის“, „მელისალისოს“ და სხვათა შემადგენლობაში.

ბალის პიტნა *Mentha piperita L* Мята садовая

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 30-40 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი მცოცავფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჭროსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. ღერო იასამნისფერია, წიბოებიანი, გართხმული ან სწორმდგომი. მასზე მოპირისპირედაა განლაგებული 6-10 სმ სიგრძის მოგრძო ლანცეტა, კიდემთლიანი ფოთლები. იასამნისფერი, ორტუჩა ყვავილები რგოლურადაა განლაგებული ფოთლების ილლიებში. ნაყოფი ოთხთესლიანი კაკლუჭაა. მცენარის ყველა ნაწილს აქვს არ-

ომატული სუნი. ყვავილობს ივნის-სექტემბერში, ნაყოფი მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

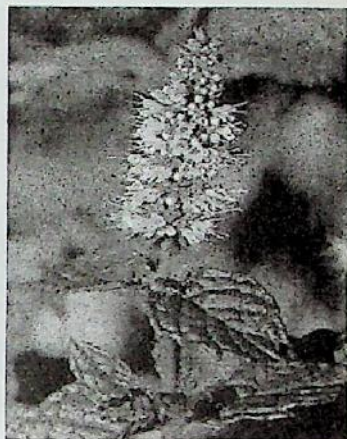
გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული, ჰიბრიდული მცენარეა. ველურად არ გვხვდება.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე -
უ ლ ი ა მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციისა და ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ 25-40°C-ზე საშრობებში ან ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა.
ფოთლები შეიცავს 2,5% ეთეროვან ზეთებს, ყვავილები - 4-6%-ს. ეთეროვანი ზეთების ძირითადი კომპონენტია მენტოლი (40-70%). გარდა ეთერ-ზეთებისა, ნედლეული შეიცავს ორგანულ მჟავებს, კაროტინებს და ფლავანოიდ ჰესპერიდინს.

გ ა მ ო ყ ე ე ბ ა. მცენარის პრეპარატებს აქვს მკვეთრად გამოხატული გულ-სისხლძარღვოვანი სისტემის დამამშვიდებელი ეფექტი, შედის კომპლექსური გულ-სისხლძარღვოვანი პრეპარატების - ვალიდოლის, ზელენინის წვეთების, ვალოსედის, კორვალოლის, ვალოკორდინის და სხვათა შემადგენლობაში.

ოჯახურ პირობებში ამზადებენ ნაყენს შემდეგი წესით: 20 გ ნედლეულს (1 სუფრის კოვზი) ასხამენ 1 ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 სთ-ს. აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.



ბობოწვერა
Usnea barbata (L.) Wigg
Чихрица



დახასიათება. 5-20 სმ სიგრძის ძაფისებური, ხეების ტოტებზე დაკიდებული, მომწვანო-მონაცრისფრო მღიერია.

გავრცელება. იზრდება მთის შუა და ზედა სარტყლის წიწვოვან მცენარეთა ტოტებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ხეებზე დაკიდებული ძაფები, რომლებსაც აგროფებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ

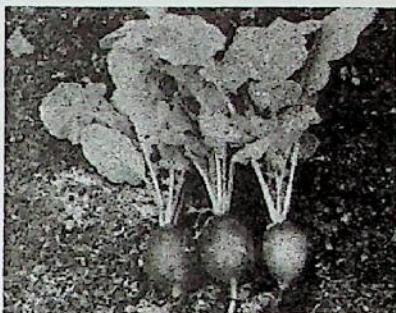
ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. ძაფისებური თალუსი შეიცავს 2-3% ორგანულ მკავებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია უსნინის ლიქენმჟავა და ლიქენმჟავა. ასევე შეიცავს ცილებს, ცხიმებს, ნახშირწყლებს, ლიქენურ სახამებელს.

გამოყენება. სამედიცინო პრაქტიკაში უსნინის მჟავასაგან ლებულობენ პრეპარატ ბინანდმონომერ ნატრიუმის მარილს, რომელიც წარმოადგენს ანტიბიოტიკს გრამდდადებითი და ოქროსფერი სტაფილოკოკების წინააღმდეგ. პრეპარატი გამოიყენება ჩირქოვანი ჭრილობების, ტროფიკული წყლულების და II და III ხარისხის დამწვრობების სამკურნალოდ. ამავე მიზნით გამოიყენება *U. loggissima* L.

ბოლოკი
Raphanus sativus L.
Редька посевная

დახასიათება. ერთწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ჯვაროსანთა (Cruciferae) ოჯახიდან. ნიადაგში ივითარებს სფერულ ან მოგრძო ძირხვენას. ყუნწიანი მოგრძო-ელიფსური, ხეხკბილა ფოთლები შეკრებილია ფესვის ყელთან. თეთრი ან ვარდისფერი ყვავილები შეკრებილია მტკვნებად. ნაყოფი ჭოტია, მრავალი თესლით. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება მაის-ივნისში.



გავრცელება. კულტივირებული საბოსტნე მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ნედლი ძირხვენი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის დაწყებამდე.

ქიმიური შემცველობა. ძირხვენი შეიცავს ეთერზეთებს, გლიკოზიდებს, შაქრებს, უჯრედისს, ცხიმებს, ფერმენტებს, C და B ვიტამინებს.

გამოყენება. ძირხვენის წვენი ასტიმულირებს ნაღვლის გამოყოფას. მედიცინაში მას იყენებენ ქოლევსტიტის და ღვიძლის ციროზის დროს. ხალხურ მედიცინაში იყენებენ ნახველის ამოსაღებ საშუალებად, რისთვისაც ერთმანეთში თანაბარი რაოდენობით ურევენ ბოლოკის წვენს და თაფლს. ბოლოკი ხასიათდება ანტი-მიკრობული მოქმედებითაც.

ბოსტნის წალიკა

Polygonum persicaria L. = *Persicaria maculata* (Gray) A. & D. Love

Почечуйная трава



დახასიათება. 30-80 სმ სიმაღლის ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მათიტელასებრთა (Polygonaceae) ოჯახიდან. დატოტვილ ღეროზე განლაგებულია ლანცეტა, უყუნწო, 10 სმ-მდე სიგრძის ფოთლები, ზედა მხრიდან – მუქი ლაქებით. წვრილი, ხუთწევრიანი ვარდისფერი ყვავილები შეკრებილია ღეროსა და ტოტების წვერში თავთავ ყვავილედებად. ნაყოფი

კვერცხისებური, მზინავი შავი კაკალია. ყვავილობს ივლის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-ოქტომბერში.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე. გვხვდება ნესტიან ადგილებში, მდინარეების, ტბებისა და გუბურების ნაპირებზე, სარწყავ არხებსა და თხრილებში, ნასვენ მიწებზე, ბოსტნებში, ბაღებსა და ვენახებში, გზისპირებზე, ხრამებში.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა ნაწილი (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ კოკრობისა და ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჰაერზე, ჩრდილში, კარგად განაივებულ შენობებში. ნედლეულის შენახვის ვადა 2 წელია.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს ფლავონოიდებს (ჰიპეროზიდი, ავიკულარინი, კვერცეტინი, რუტინი), ეთერზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, პექტინებს, ლორწოს, ფიტოსტეროიდებს, ცვილს, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება. ბოსტნის წალიკას პრეპარატებს: ექსტრაქტს, ნაყენს, ნახარშს აქვს გამოკვეთილი სისხლდენის შემამჩერებელი

თვისება და გამოიყენება ჰემაროისა და საშვილოსნოდან სისხლდენის დროს. ისინი ავიწროებენ სისხლძარღვებს და კუმშავენ საშვილოსნოს. ნაყენის მოსამზადებლად 2 ს/კ გამომშრალ და დაქუცმაცებულ ბალახს ასხამენ 2 ჩ/კ მდუღარე წყალს, აჩერებენ 4 სთ-ს, წურავენ და იღებენ თითო სუფრის კოვზს 3-4-ჯერ დღეში.

ბროწეული *Punica granatum L.* Гранат

დახასიათება. ნ მ-მდე სიმაღლის ეკლიანი ბუჩქია ბროწეულისებრთა (*Punicaceae*) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი მომწვანო ნაცრისფერია, ფოთლები ტყავისებური, ღია მწვანე, მბრწყინავი, ელიფსური, მოპირისპირედ განლაგებული. ყვავილები კაშკაშა წითელი, მარტოული ან მცირეყვავილიან ჯგუფებად შეკრებილი.



ნაყოფი მრგვალი კენკრაა ტყავისებური ნაყოფგარემოთი და მრავალი წითელი თესლით.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. ბროწეულის სამშობლოა ჩრდილოეთი აფრიკა, შუა აზია. აქარაში ველურად გავრცელებულია მშრალ, ქვადორდიან ფერდობებზე, ზღვისპირა დაბლობებიდან 600-800 მ-მდე. არსებობს მისი კულტურული ჯიშები. დეკორატიული, ხეხილოვანი მცენარეა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ქერქი, ფესვები და ნაყოფები. ქერქს აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე, ფესვებს – ზამთარში, ნაყოფებს – სიმწიფის პერიოდში. ნედლეულს აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა . ქერქი და ფესვები შეიცავს 32%-მდე მთრიმლავ ნივთიერებებს, ალკალოიდ პელტერინს, იზოპელტერინს, მეთილიზოპელტერინს, რომლებიც ხასიათდება ძლიერი მოქმედებით ქიების წინააღმდეგ. ნაყოფის კანი შეიცავს 30% მთრიმლავ ნივთიერებებს, პოლიფენოლებს, რომლებიც დამღუპველად მოქმედებს დიზენტერიის ჩხირებზე. ნაყოფის წვენი შეიცავს 8-20% შაქარს (გლუკოზა და ფრუქტოზა), ვიტამინებს, ორგანულ მჟავებს, მინერალურ ნივთიერებებს, მიკროელემენტებს: კალიუმს, კალციუმს, მაგნიუმს, ნატრიუმს, მანგანუმს, რკინას, ფიტონციდებს, ტანინებს, აზოტის შემცველ ნივთიერებებს.

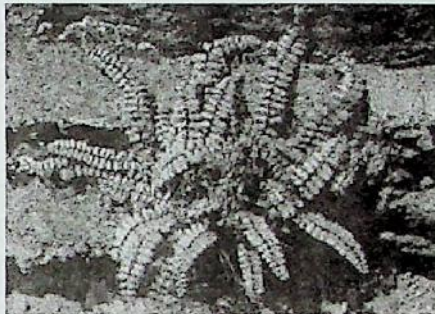
გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა . ნაწლავის ქიების წინააღმდეგ გამოიყენება 40-50 გ ქერქი, რომელსაც აჩერებენ 6 სთ-ის განმავლობაში 400 გ ცივ წყალში, შემდეგ ადულებენ ნელ ცეცხლზე, სანამ არ აორთქლდება სითხის ნახევარი. აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ 1 საათის განმავლობაში ყავის ქიქით ყოველ 10 წუთში. შემდეგ აყოლებენ მარილიან გამხსნელს. ქიების წინააღმდეგ გამოიყენება, ასევე, მშრალი მარცვლები, რისთვისაც 7-9 თესლს აშრობენ მზეზე ან თბილ ოთახში 6-8 სთ-ის განმავლობაში, შემდეგ ფქვავენ და ღებულობენ ქამის წინ დღეში 3-4 ჯერ 1 სუფრის კოვზით 1 ჩაის ქიქა წყალთან ერთად. სისხლნაკლებობის დროს გამოიყენება 1 ჩაის ქიქა ბროწეულის წვენი, დღეში 3-ჯერ ქამამდე 30 წთ-ით ადრე. მკურნალობის კურსი 2-4 თვეა. თესლის შემადგენლობაში შემავალი ცხიმი აღადგენს ჰორმონულ ბალანსს, ხსნის თავის ტკვილს, ამცირებს წნევას და აღიზიანებას კლიმაქსის პერიოდში. ნაყოფის კანის ნახარში გამოიყენება კუჭის აშლილობის დროს. ნახარშის მოსამზადებლად 2 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფის კანს ასხამენ 1 ჩაის ქიქა ცხელ წყალს, ადულებენ წყლის აბაზანაზე 30 წთ-ს, აცივებენ, წურავენ და სვამენ დღეში 2-3 -ჯერ ყავის ქიქით ქამამდე 20 წთ-ით ადრე.

გვიმრუქა

Asplenium septentrionale (L.) Hoffm.

Костенец черный

დახასიათება. 5-20 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი გვიმრაა კილამურასებრთა (Polypodiaceae) ოჯახიდან ნიადაგში უვითარდება შავი ფესურა, საიდანაც ვითარდება ტყავისებური, გრძელყუნწიანი, ფრთართული ფოთლები, ქვედა მხარეს მრგვალი, შავი სორუსებით.



გავრცელება. გავრცელებულია ზღვისპირა ფერდობებიდან სუბალპებამდე, იზრდება კლდის ნახეთქებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში, ამრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. შესწავლილი არ არის.

გამოყენება. ხალხურ მედიცინაში მიწისზედა მასის ნახარში გამოიყენება თმის ცვენის წინააღმდეგ.

გვირილა

Matricaria chamomilla L.

Ромашка ободренная

დახასიათება. 20-40 სმ სიმაღლის ერთწლიანი, ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ღერო დატოტვილია, თითქმის შიშველი. ფოთლები ორმაგ ფრთართულია, მჯდომარე. ყვავილები შეკრებილია კალათა ყვავილედებად. ყვავ-

ილედში ორი სახის ყვავილია: გვერდითი თეთრი – ენისებური და შუა ყვითელი – მილისებური. ნაყოფი რუხი თესლურაა. ყვავილობს მთელი ზაფხულის განმავლობაში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ოქტომბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა სილნარ-თიხნარ ადგილებზე, გზისპირებზე, ნათესებში, ბაღებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ყვავილები, რომლებსაც აგროვებენ ყუნწებთან ერთად ყვავილობის დასაწყისში, მშრალ მზიან ამინდში, აშრობენ სწრაფად, შეგროვებისთანავე, რადგანაც მოკრეფილი ყვავილები სწრაფად შავდება. შრომა ხდება ჩრდილში, ორპირქარში ან საშრობში 35-40°C -ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ყვავილების შემადგენლობაში შედის 0,8%-მდე ეთეროვანი ზეთები, ქაშაზულენი, სხვადასხვა სახის ტერპენები და სესქვიტერპენები, აპიგენინი, პროქაშაზულენი, მატრიცინი, ლაქტონები, მატრიკარინი, უმბელიფერონი, ორგანული მჟავები, ფისები, ფლავონოიდები, პოლისაქარიდები, კაროტინოიდები, ასკორბინის მჟავა და სხვა.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. გვირილის ყვავილების ნაყენით მკურნალობენ გასტრიტს, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულს, ენტერიტს, კოლიტს. ნაყენს ამზადებენ თანაფარდობით: 1 ს/კ ყვავილები 1 ჩ/ჰ მდუღარე წყალზე. აჩერებენ 3 სთ-ს, წურავენ და იღებენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.

გველის სურო
Vinca minor L.
Барвинок малый

დახასიათება. 15-40 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ქენდირისებრთა (Apocynaceae) ოჯახიდან. ახასიათებს გართხმული ღერო, რომელზეც მოპირისპირედ არის განლაგებული ელიფსური, პრიალა, ტყავისებური ფოთლები. საყვავილე ყლორტები სწორმდგომია. ყვავილები ლურჯია, ბორბლისებური, ხუთნაკვთიანი. ნაყოფი ფოთლურაა, 2-თესლიანი. ყვავილობს აპრილ-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება მაის-სექტემბერში.



გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა ფერდობებზე, ტყეებში, მდინარეთა ხეობებში, მთის შუა სარტყლამდე.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ნედლეული შეიცავს 20 სახის ალკალოიდს, რომლებიც ახლოს დგანან რეზერპინთან. მათ შორის აღსანიშნავია ვინკამინი, იზოვინკამინი, ვინკამინორპინი, ვინინი და სხვა.

გამოყენება. ოფიციალურად მედიცინა უძველესი დროიდან იყენებს მცენარის პრეპარატებს ჰიპერტონიის სამკურნალოდ. კერძოდ, პრეპარატ დევინკანს – აბებში და ამპულებში. ნედლეული შედის დამამშვიდებელი და ჰიპერტონიის საწინააღმდეგო ნაკრებების შემადგენლობაში. ოჯახურ პირობებში ამზადებენ ნაყენს, რისთვისაც 1 ჩ/კ გამომშრალ ბალახს ასხამენ 1 ჩ/ჭ მდუღარე

წყალს, აჩერებენ 8 სთ-ს, წურავენ და დებულობენ ყავის ქიქით 3-ჯერ დღეში.

გლედინია
Gleditsia triacanthos L.
Гледичия обыкновенная



დახასიათება. 25-40 მ სიმაღლის ფოთოლ-მცვენი ხეა პარკოსანთა (Fabaceae) ოჯახიდან. ნაცრისფერ-მომავო ტოტები დაფარულია სამად გაყოფილი 20-25 სმ სიგრძის ყავისფერი ეკლებით. ფოთლები კენტგრთართულია, 14-20 სმ სიგრძის. მომწვანო-მოყვითალო, სურნელოვანი ყვავილები შეკრებილია მტევნებად.

ნაყოფი 40 სმ-მდე სიგრძის ბრტყელი, მრავალთესლიანი, მუქი ყავისფერი პარკია. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გავრცელება. მცენარის საშობლოა ჩრდილოეთი ამერიკა. აჭარაში შემოტანილია 1900-იან წლებში. ფართოდაა გავრცელებული ბალ-პარკებში, როგორც დეკორატიული მცენარე. გვხვდება მდინარეთა ნაპირებზე და გზების გასწვრივ.

სამკურნალოუნეულობა მწიფე ნაყოფები და ნორჩი ფოთლები. ნაყოფებს აგროვებენ, როცა ისინი დებულობენ ყავისფერ ფერს, ხოლო ფოთლებს - ზაფხულის პირველ ნახევარში, მზიან ამინდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები და ფოთლები შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია ტრიაკ-

ანტინი, ფლავონოიდებს, მორიმლავ და ლორწოვან ნივთიერებებს, ვიტამინ C-ს და საპონინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ნაყოფის ნახარში გამოიყენება ქრონიკული გასტრიტის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, ნაღვლის ბუშტის ქრონიკული ანთების და სპაზმური კოლიტის დროს. ნახარშის მოსამზადებლად 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა ცივ წყალს და ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 3-წთის განმავლობაში, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ 1 სუფრის კოვზით 4-5-ჯერ დღეში ჭამამდე 30 წთ-ით ადრე.

ნაყოფების კანის ნაყენი ეფექტურად წმენდს სისხლძარღვებს, იგი საუკეთესო საშუალებაა მოხუცებულებში სკლეროზის პროფილაქტიკისათვის. ნაყენი მზადდება შემდეგი წესით: 2 სუფრის კოვზ დაფქულ ნაყოფის კანს ასხამენ 0,5 ლ ადუღებულ წყალს, აჩერებენ 1 სთ-ით და ღებულობენ ყავის ჭიქით 3-4-ჯერ დღეში. მკურნალობის კურსი 2 კვირაა.

თესლის ნაყენი გამოიყენება ამოსახველებელ საშუალებად ბავშვებში, რისთვისაც 1 ჩაის კოვზ დაფქულ თესლს ასხამენ 0,5 ლ მდუღარე წყალს, აჩერებენ 2 სთ-ით. წურავენ და ღებულობენ 1 ჩაის კოვზს 3 ჯერ დღეში. ახალგაზრდა ფოთლების ნაყენი ხასიათდება მაღალი ბაქტერიოციდული და ანთების საწინააღმდეგო მოქმედებით. მსგავსია ნო-შპისა, მაგრამ უფრო ეფექტურია. მისი მოქმედების ხანზრმოივობაა 6-8 სთ. იყენებენ კუჭის ტკივილის, სპაზმური კოლიტის, გასტრიტის და წნევის სამკურნალოდ.

ფოთლების ნაყენი მზადდება შემდეგი წესით: 1 ჩ/ჭ ახალგაზრდა ფოთლებს ასხამენ 0,5 ლ არაყს ან 40%-იან სპირტს, აჩერებენ 2 კვირით სიბნელეში, შემდეგ წურავენ და ღებულობენ 1 სუფრის კოვზს 3-4 ჯერ დღეში.

გოგრა
Cucurbita pepo L.
Тыква



დახასიათება. ერთწლოვანი გართხმული, ბალახოვანი მცენარეა გოგრისებრთა (Cucurbitaceae) ოჯახიდან. ხასიათდება მხვიარა ან მცოცავი, ხორკლიანი, ულვაშებიანი ღეროთი. ფოთლები ყუნწიანია, მრგვალი, შებუსული, კიდემთლიანი ან თათისებურ დანაკვთული. ფოთლის უბეებში ვითარდება მარტოული ნარინჯისფერყვითელი ყვავილები. ნაყოფი მრგვალი ან ელიფსური გოგრულაა, მრავალრიცხოვანი მოყვითალო-მოთეთრო თესლით. ყვავილობს ივლის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ნოემბერში.

გავრცელება. საბოსტნე კულტურაა. აჭარაში ცნობილია ხაპის სახელწოდებით.

სამკურნალო ნედლეულია თესლები, რომლებსაც აგროვებენ სიმწიფის პერიოდში. ასუფთავებენ რბილობისაგან და აშრობენ ჰაერზე. თესლების შენახვის ვადა ერთი წელია. გამოყენების წინ თესლს აცლიან კანს ისე, რომ უნარჩუნებენ შიგნითა მურა-მწვანე ფერის თხელი გარსს.

ქიმიური შემცველობა. თესლი შეიცავს ეთერზეთებს, ფიტოსტერინებს, კრისტალურ ცილას, კრისტალურ გლობულინს, ორგანულ მჟავებს, ფისებს და სხვა. გოგრის ხორციანი ნაწილი შეიცავს შაქრებს, ფოსფორის და სხვა მჟავებს, კალიუმს, კალციუმს, მაგნიუმს, რკინას, 96% წყალს და სხვადასხვა ვიტამინს.

გამოყენება. მედიცინაში გოგრის თესლებს იყენებენ ქიის დამდენ საშუალებად, განსაკუთრებით – ბრტყელი და მრგვალი ქიების წინააღმდეგ, რისთვისაც დანაყილ თესლს ურევენ თავლს

და აძლევენ ავადმყოფს უზმოზე, 30 წუთის შემდეგ კი უკეთებენ ოყნას.

გოგრის რბილობი სასარგებლოა ათეროსკლეროზით დაავადებულთათვის. კალიუმისა და რკინის შემცველობის გამო გამოიყენება გულ-სისხლძარღვოვანი სისტემის დაავადებების დროს. გოგრის ხორციანი ნაწილი აძლიერებს დიურეზს (შარდის გამოყოფას), რაც იწვევს თირკმლებიდან ქოლესტერინის გამოყოფას და ამ მიზნით მას ხშირად იყენებენ თირკმლებისა და ღვიძლის დაავადებების დროს. ასეთ შემთხვევაში ამზადებენ მოხარშული რბილობის ფაფას, რომელსაც დებულობენ დღეში 2-ჯერ. ზოგჯერ ამავე მიზნით იყენებენ რბილობიდან გამოწურულ ახალ წვენს.

გრძელფოთოლა პიტნა
***Mentha longifolia* (L.) Huds.**
Мята длиннолистная

დახასიათება. 1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლოვანი მცოცავფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა, ტუჩოსანთა (*Lamiaceae*) ოჯახიდან. 6-10 სმ სიგრძის მოგრძო ლანცეტა, ქვემოთა მხარეს თეთრად შებუსუსული ფოთლები მოპირისპირედაა განლაგებული დადარულ, სწორმდგომ ღეროზე. ვარდისფერი, წვრილი ყვავილები რგოლურად ვითარდება ტოტების წვერში განლაგებული ფოთლების იდლიებში.



ნაყოფი ოთხთესლიანი კაკლუჭაა. მცენარის ყველა ნაწილს აქვს არომატული სუნი. ყვავილობს ივნის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთელი ტყის სარტყელში, გვხვდება მინდვრებში, მდინარეებისა და ნაკადულების ნაპირებთან, ტყისპირებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში. აშრობენ 25-40° C-ზე საშრობებში ან ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს 2,5% ეთეროვან ზეთებს, ყვავილები – 4-6%-ს. ეთეროვანი ზეთების ძირითადი კომპონენტია მენტოლი (40-70%). გარდა ეთერზეთებისა, ნედლეული შეიცავს ორგანულ მჟავებს, კაროტინებს და ფლავონოიდ ჰესპერიდინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მცენარისაგან მიღებული პრეპარატები გამოიყენება ნღველმდენ, საქმლის მომწელებელი სისტემის გამაუმჯობესებელ და დამამშვიდებელ საშუალებად. ოჯახურ პირობებში ამზადებენ ნაყენს შემდეგი წესით: 20 გ (1 ს/კ) ნედლულს ასხამენ 1 ჩ/ჭიქა მდუღარე წყალს, აჩერებენ 3 სთ-ით, წურავენ და ღებულობენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.

გულყვითელა

Calendula officinalis L.

Ноготки лекарственная



დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 60 სმ სიმაღლის ერთწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია ან გართხმული, დატოტვილი. ფოთლები წაგრძელებულდკვერცხისებური, შებუსული. ყვავილები ყვითელ-ოქროსფერი ან ნარინჯისფერია,

შეკრებილი ღეროს წვერში 4-5 სმ დიამეტრის კალათებად. კალათაში კიდურა ყვავილები ენისებურია, ცენტრალური – მილისებური. ნაყოფი მოხრილი თესლურაა. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტოში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული, დეკორატიული მცენარეა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ყვავილები. ნედლეულს იღებენ ენისებური ყვავილის ჰორიზონტალურად განლაგების დროს, ზაფხულის განმავლობაში. ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ყვავილუდი შეიცავს კაროტინოიდებს, 19% მწარე ნივთიერებებს, ეთერზეთებს, 3,44% ფისებს, 2,5% ლორწოს, 6-8% ვაშლის მჟავას, ალკალოიდებს. ფესვებში ნაპოვნია ინულინი. ბალახი შეიცავს საპონინებს. თესლები – ცხიმოვან მჟავებს და ალკალოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. სამედიცინო პრაქტიკაში გულყვითელას პრეპარატები გამოიყენება დამწვრობის, ქრილობების, მოყინვის, ფურუნკულოზის სამკურნალოდ, აგრეთვე, გინეკოლოგიური, საქმლის მომწელებელი, გულ-სისხლძარღვოვანი, ნერვული სისტემის დაავადებების, პირის ღრუს, ანგინის სამკურნალოდ. ფარმაცევტული წარმოებაში ამზადებენ ტაბლეტების სახით 0,25 გ გულყვითელას ფხვნილს და 0,1 გ ნიკოტინმჟავას ნარევს, ასევე თხიერ ექსტრაქტს და სპირტიან ნაყენს.

ოჯახურ პირობებში ამზადებენ ნაყენს შემდეგი წესით: 20 გ ნედლეულს ასხამენ 200 მლ მდუღარე წყალს, ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 15 წთ-ს, აცივებენ, ნაყენს ამატებენ წყალს საწყის მოცულობამდე. იღებენ 1-2 სუფრის კოვზს 2-3 -ჯერ დღეში. პირის ღრუში გამოსავლებად 1 სუფრის კოვზ ნაყენს ამატებენ 1 ჭიქა მდუღარე წყალს. ინახავენ ცივ ადგილას 2 დღე-ღამის განმავლობაში.

დათვის კანაფი
Datisca cannabina L.
Конопляник Критский



დახასიათება. 1-1,5 მ სიმაღლის დატოტვილდეროიანი, მარადმწვანე ბალახოვანი მცენარეა დათვისკანაფისებრთა (Datisceae) ოჯახიდან. ფოთლები კენტფრთართულია, 13 სმ სიგრძის, კიდედაკბილული. წვრილი ცალსქესიანი ყვავილები შეკრებილია მტევან ყვავილედებად. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება. იზრდება მთის შუა სარტყელში, კერძოდ, აჭარისწყლის, კინტრიშის, ჩაქვისწყლის ხეობებში. გავრცელებულია ბუჩქნარებში, მდინარეთა ნაპირებზე, ტყეებში.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს გლიკოზიდებს, ალკალოიდებს, C ვიტამინს, ფლავონოიდებს.

გამოყენება. ფარმაცევტული მრეწველობა ბალახისაგან ამზადებს პრეპარატ „დატისკანს“, რომელსაც იყენებენ ჰეპატიტის დროს.

დათვის მხალა, საყმაწვილოს წამალი

Prenanthes petiolata K.

Молокан понтийский

დახასიათება. 40-200 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, რძეწვენიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ფესვთანური ფოთლები გრძელყუნწიანია, სამკუთხა – კვერცხისებური, დაკბილული, ღეროსეული ფოთლები უყუნწოა ან მოკლეყუნწიანი, მორიგეობით განლაგებული. ყვავილები მუქი ცისფერია ან იასამნისფერი, კალათებად შეკრებილი. ნაყოფი თესლურაა. თესლები აღჭურვილია საფრენი აპარატით. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-ნოემბერში.



გავრცელება. გვხვდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. იზრდება ტყისპირებზე, გზების ნაპირებზე, მინდვრებში, ბუჩქნარებში. თაფლოვანია.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, რომელსაც აგროვებენ ზაფხულის ბოლოს ან შემოდგომაზე, რეცხავენ, ჭრიან პატარა ნაწილებად და აშრობენ ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. ფესურები შეიცავს პოლიფენოლებს.

გამოყენება. დათვის მხალას ფესურების ნახარში ცნობილია „პაჭკორიას წამლის“ სახელწოდებით. ხალხურ მედიცინაში ფესურების ნახარში გამოიყენება ბავშვებში „საყმაწვილოს“ და ჯირკვლების გადიდების დროს.

დედოფლისთითა
Veronica officinalis L.
Вероника лекарственная



დახასიათება. 10-30 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა შავწამალასებრთა (Scrophulariaceae) ოჯახიდან. გართხმულ ღეროზე მოპირისპირედაა განლაგებული მოკლეყუნწიანი, ელიფსური ფოთლები. ცისფერი ყვავილები შეკრებილია კენწრულ მტევნებად. ნაყოფი ორბუდიანი მრავალთესლიანი კოლოფია. ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელება. იზრდება მთელი ტყის სარტყელში სუბლაპეზამდე. გავრცელებულია ტყეებში, ბუჩქნარებში, მდელოებზე, გზების გასწვრივ.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს გლიკოზიდ აუკუბინს, მწარე ნივთიერებებს, ტანინებს, ფლავონოიდებს.

გამოყენება. ბალახის ნახარში გამოიყენება შარდმდენ საშუალებად თირკმლებისა და შარდის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების დროს. ასევე იყენებენ სასუნთქი გზების დაავადებების დროს ნახველის ამოსაღებ საშუალებად. ნახარშის მოსამზადებლად 2 სუფრის კოვზ ნედლეულს ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს და ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 5 წთ-ით, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.

დვალურა

Polygonum carneum C. Koch. = *Bistorta officialis* Delarbre

Гречишник темно-красный

დახასიათება. 30-80 სმ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, ფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა მათიტელასებრთა (*Polygonaceae*) ოჯახიდან. ფოთლები მოგრძო-კვერცხისებურია, 6-12 სმ სიგრძის. წვრილი, ვარდისფერი ყვავილები შეკრებილია კენწრულ თავთავ ყვავილედებად. ნაყოფი შავი, პრიალა კაკალია. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.



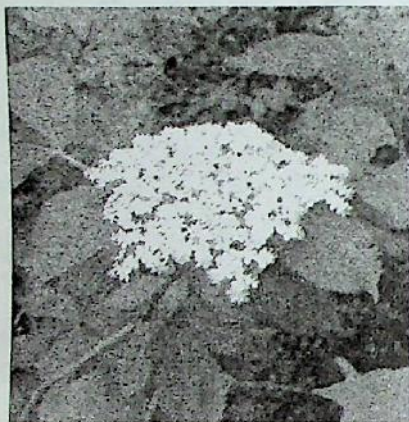
გავრცელება. უხვად იზრდება სუბალპურ მდელოებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა ფესვებით და ფოთლები. ფესურებს აგროვებენ შემოდგომაზე, რეცხავენ, ჭრიან პატარა ნაჭრებად და აშრობენ მზეზე. ფოთლებს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ფესურები და ფოთლები შეიცავს 25% მთრიმლავ ნივთიერებებს, 26%-მდე სახამებელს, ვიტამინ C-ს, ფლავონოიდებს.

გამოყენება. ფესურებისაგან დამზადებული პრეპარატები გამოიყენება კოლიტის სამკურნალოდ, რომელსაც თან ახლავს სისხლდენა. ასევე, იყენებენ საშვილოსნოდან, სხვა შინაგანი ორგანოებიდან და ღრძილებიდან სისხლდენის დროს. ოჯახურ პირობებში ფესურებისაგან ამზადებენ ნახარშს შეფარდებით 1:10, ადულებენ 15 წუთს, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ ყავის ქიქით 3-ჯერ დღეში.

დიდგულა
Sambucus nigra L.
Бузина черная



დახასიათება. 5-10 მ სიმაღლის ბუჩქი ან დაბალი ხეა ცხრატყავასებრთა (Caprifoliaceae) ოჯახიდან. ღერო დატოტვილია, მოყვითალო ქერქით. ფოთლები კენტფრთართულია, მორიგეობით განლაგებული. თეთრი წვრილი ყვავილები შეკრებილია ქოლგა ყვავილედებად. ნაყოფი 5-8 მმ დიამეტრის შავი წვნიანი კენკრაა. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები

მწიფდება ივნის-აგვისტოში.

გავრცელება. იზრდება ტყეებში, ხეობებში, ტყის ნაპირებზე, გზების გასწვრივ.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილები და მწიფე ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ მზიან ამინდში, აშრობენ 30-35°C-ზე საშრობში, ჩრდილში ან სხვენში.

ქიმიური შემცველობა. ყვავილები და ნაყოფები შეიცავს გლიკოზიდ სამბუცინს, ეთერზეთებს, მთრიმლაგ და ლორწოვან ნივთიერებებს, ასკორბინის, ვალერიანის, ძმრის, ვაშლის და სხვა მჟავებს.

გამოყენება. მედიცინაში დიდგულას პრეპარატები გამოიყენება საინჰალაციოდ სასუნთქი გზების დაავადებების დროს.

ოჯახურ პირობებში ამზადებენ ნაყენს, რისთვისაც 1 ს/კ გამომშრალ ყვავილებს ან ნაყოფებს ასხამენ 1 ჩ/ქიკა მდულარე წყალს, აჩერებენ 4 საათის განმავლობაში და იღებენ ყავის ქიქით 3-4-ჯერ დღეში ჭამამდე 15 წუთით ადრე.

დიდევავილა მაგნოლია
Magnolia grandiflora L.
Магнолия крупноцветковая

დახასიათება. 30-45 მ სიმაღლის მარადმწვანე ხეა მაგნოლიასებრთა (*Magnoliaceae*) ოჯახიდან, პირამიდული, ხშირფოთლოვანი ვარჯით. ფოთლები ტყავისებურია, ელიფსური, მორიგეობით განლაგებული, სიგრძით 12-25 სმ, ზედა მხარეს მუქი მწვანეა, პრიალა, ქვედა მხარეს – მოწითალო-ყავისფერი, ბუსუსებით დაფარული. ყვავილები მარტოულია, მსხვილი, თეთრი, არომატული, განლაგებულია ტოტების ბოლოებზე. ნაყოფი გირჩის ფორმის ნაკრები ფოთლურაა. თესლები მსხვილია, ელიფსური, წითელი, დაკიდულია წვრილ ძაფებზე. ყვავილობს მაისიდან სექტემბრამდე. თესლები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.



გავრცელება. კულტივირებული, ჩრდილოეთ ამერიკული წარმოშობის დეკორატიული მცენარეა. ფართოდაა გამოყენებული ბაღ-პარკების გასალამაზებლად.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში ან საშრობ კარადაში 45-50°C-ზე.

ქიმიური შემცველობა. მაგნოლიის ფოთლები შეიცავს 0,59% ეთერზეთებს, ალკალოიდებს – მაგნოლამინს, მაგნოლიდინს, მაგნოლინს, 0,24% გლიკოზიდებს, ფლავონოიდ რუტინს. ქერქი შეიცავს ალკალოიდ მაგნოფლორინს. ყვავილები – 0,016% ეთერზეთებს. ნაყოფი – 42,5% ცხიმოვან ზეთებს და ეთერზეთებს.

გამოყენება. ფოთლის თხევადი ექსტრაქტი გამოიყენება ჰიპერტონული დაავადებების სხვადასხვა სტადიის სამკურნალოდ, იწვევს ჰიპერტონიის დროს ხანგრძლივი არტერიული წნევის შემ-

ცირებას, აფართოვებს პერიფერიულ სისხლძარღვებს. ფოთლის ნაყენის მოსამზადებლად 10 გრამ დაქუცმაცებულ ფოთლებს ასხამენ 100 მლ 70%-იან სამედიცინო სპირტს და აჩერებენ 14 დღეს თბილ ადგილას. ღებულობენ ჩაის კოვზით 3-ჯერ დღეში.

ეწრის გვიმრა *Pteridium tauricum* V. Krecz. Орляк



დახასიათება. 50 – 150 სმ სიმაღლის მხოხავფესურიანი, მრავალწლოვანი ბალახოვანი გვიმრაა კილამურასებრთა (Polipodiaceae) ოჯახიდან. ფესურიდან ვითარდება გრძელოყუნწიანი, ორჯერ ან სამჯერ ფრთართული ფოთლები, რომელთა ქვედა მხარეზე სექტემბერ-ოქტომბერში ვითარდება სპორანგიუმები.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გავრცელებულია ტყის ნაპირებში, ტყეკაფებზე, ტყეებში, მინდვრებში, ჩაის პლანტაციებში, ციტრუსოვანთა ბაღებში და სხვაგან.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე ან შემოდგომაზე, რეცხავენ, ჭრიან 2-3 მმ ზომის ნაჭრებად და აშრობენ ჯერ ჰაერზე, შემდეგ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ფესურები და ფესვები შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, ნახშირწყლებს, მწარე ნივთიერებებს, საპონინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფესვებსა და ფესურებს იყენებენ ორგანოზმიდან სოლიტერის გამოსადევნად, მაგრამ მისი ქმედითუნარიანობა შედარებით სუსტია, ვიდრე სხვა პრეპარატებისა.

ვარდისფერი კატარანთუსი
Catharanthus roseus (L) G. Don.
Катарантус розовый

დახასიათება. 30-60 სმ სიმაღლის სწორმდგომი ან გართხმული მრავალწლიანი მარადმწვანე ნახევრადბუჩქია, ქენდირისებრთა (Apocynaceae) ოჯახიდან. ქობულეთის სამკურნალო მცენარეთა საკვლევ სადგურში მოჰყავთ, როგორც ერთწლიანი კულტურა. ღერო ცილინდრულია, შიშველი. ფოთლები კვერცხისებური, მოკლეყ-



უნწიანი, მოპირისპირედ განლაგებული, 8 სმ სიგრძისა და 3,5 სმ სიგანის. ყვავილები თეთრი ან ვარდისფერია, მარტოული. ნაყოფი ყვისფერი ფოთლურაა, შავი, მოგრძო თესლებით. ყვავილობს მაისივნისში. ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში. დეკორატიულია.

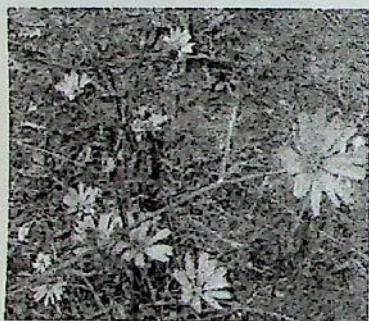
გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. მცენარის სამშობლო ინდონეზია და კუნძული იავაა. აჭარაში კულტივირებულია, როგორც სამკურნალო და დეკორატიული მცენარე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში 40-60°C -ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია ვინბლასტინი და ვინკრისტინი.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ვარდისფერი კატარანთუსის პრეპარატები გამოიყენება ავთვისებიანი დაავადებების სამკურნალოდ.

ვარდკაქაქა *Cichorium intybus* L Цикорий обыкновенный



და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 50-70 სმ სიმაღლის, ორწლიანი ან მრავალწლიანი, სწორმდგომი, დატოტვილღეროიანი, რძეწვევის შემცველი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ფესვთანური ფოთლები დანაკვეთულია, კიდედაკბილული და ფუძესთან ყუნწად შევიწროვებული. ღეროსეული ფოთლები პატარა ზომისაა, ლანცე-

ტა და მჯდომარე. ცისფერი ყვავილები შეკრებილია 3-4 სმ დიამეტრის მრავალრიცხოვან კალათად, რომლებიც განლაგებულია ზედა და შუა ფოთლების უბეებში. ნაყოფი 2-3 მმ სიგრძის, პატარა, წაგრძელებული, ქოჩრიანი თესლურაა. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება ივნისიდან გვიან შემოდგომამდე.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან ტყის ზედა სარტყლამდე. გავრცელებულია მდელოებზე, მდინარის პირებზე, ტყის მომიჯნავე მინდვრებზე, დასახლებულ პუნქტებთან ახლოს, გზისპირებთან.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესვები და მიწისზედა მასა (ბალახი). ბალახს ამზადებენ ივნის-აგვისტოში და აშრობენ მზე-

ზე. ფესვებს ამზადებენ სექტემბერ-ოქტომბერში ან ადრე გაზაფხულზე. აშრობენ საშრობებში ან ჰაერზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ვარდკაქაქას ყველა ნაწილი შეიცავს 60%-მდე ინულისს, გლიკოზიდ ინტიბინს, პექტინს, ქოლინს, ცილებს, ცხიმებს, ფისებს. რძეწვენში აღმოჩენილია მწარე ნივთიერება ლაქტუცინი, ყვავილებში – გლიკოზიდი ციკორინი.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ვარდკაქაქას პრეპარატებს იყენებენ მადის აღმძვრელად, კუჭნაწლავის მოქმედების გასაუმჯობესებლად, განსაკუთრებით, გასტრიტის, კოლიტის, ენტერიტის დროს. ნაყენს ამზადებენ 2 ჩაის კოვზი დაქუცმაცებული ფესვებისა და 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყლისაგან, აცივებენ და ღებულობენ 1/3–1/2 ჩ/ჭიქას ჭამის წინ. ნახარშის მისაღებად 1 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ფესვებს ასხამენ 2 ჩ/ჭიქა მდულარე წყალს და ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 15 წთ-ს, წურავენ და ღებულობენ ისევე, როგორც ნაყენს. რამდენადაც ნაყენს და ნახარშს აქვს ნაღველმდენი და შარდმდენი მოქმედებაც, მას იყენებენ ღვიძლის, ნაღვლის ბუშტის და თირკმლების დაავადების დროსაც.

ვარდკაქაქას მიიჩნევენ სისხლისგამწმენდ ნივთიერებათა ცვლის გამაუმჯობესებელ საშუალებად, აძიტომ ნაყენს უნიშნავენ კანის დაავადებების, კანის გამონაყარის, ფერისმჭამელების და ფურუნკულოზის დროს. უფრო ძლიერ ნაყენს ან ნახარშს იყენებენ გარეგანად ჩამოსაბანად და საფენების სახით ჩირქოვანი ქრილობების, წყლულების, ეგზემის სამკურნალოდ.

ვაშლი

Malus domestica Borkh.

Яблоня обыкновенная

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 10–15 მ სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა ვარდისებრთა (*Rosaceae*) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი მუქი ნაცრისფერია, დახეთქილი. ფოთლები კვერცხისებურია, ყუნწიანი, ხერხკბილა.

თეთრი ან ვარდისფერი ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი სხვადასხვა ფერის ვაშლურაა. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტიში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული, ჰიბრიდული, ხეხილოვანი მცენარეა, არსებობს მცენარის მრავალი ჯიში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნაყოფები შეიცავს ვიტამინებს, მიკროელემენტებს, განსაკუთრებით დიდი რაოდენობით – რკინას, ორგანულ მჟავებს, შაქრებს, უჯრედისხს, პექტინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. პექტინი დაბლა სწევს ქოლესტერინს, აუმჯობესებს საჭმლის მონელებას, არეგულირებს თირკმლების მუშაობას, ააქტიურებს აზროვნებას, მონაწილეობას ღებულობს სისხლის წარმოქმნაში, ხსნის დაღლილობას, ამაღლებს იმუნიტეტს, იცავს ორგანიზმს გაცივებისგან. ვაშლი ყველა ხილზე და ბოსტნეულზე უკეთ აქვეითებს სისხლში ქოლესტერინს. თუ 12 კვირის განმავლობაში დღეში 2 ცალ ვაშლს ან 400 მლ ვაშლის წვენს მივიღებთ, სისხლში ქოლესტერინის დონე დარეგულირდება.

ვირისტერფა

Tussilago farfara L.

Мать и мачеха

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 15 სმ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, მცოცავფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (*Asteraceae*) ოჯახიდან. მომრგვალო-თირკმლისებური, გრძელყუნწიანი ფოთ-

ლები შეკრებილია ფესვის ყელთან. ისინი ზედა მხრიდან შიშველია, ქვემოდან ვერცხლისფერ-თეთრი, შებუსუსული. საყვავილე ღერო სწორმდგომია, პატარა ქერქლისებური ფოთლებით. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია კალათებად. კალათის ცენტრში მოთავსებულია მილისებური ყვავილები, განაპირას – ენისებური. ნაყოფი თესლურაა, საფრენი აპარატით. ყვავილობს ადრე გაზაფხულზე თებერვალ-მარტში, ფოთლების განვითარებამდე. ნაყოფები მწიფდება აპრილ-მაისში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება ღორღიან ადგილებზე, მდინარეების ნაპირებზე, გზისპირების ნაშალ ფერდობებზე. ხშირად ქმნის რაყებს.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა ნაწილი. ყვავილებს აგროვებენ მარტში საყვავილე ღეროსთან ერთად, ფოთლებს მაის-ივნისში. შეგროვება ხდება მშრალ ამინდში. შეგროვებულ ნედლეულს აშრობენ 50-60°C-ზე საშრობში ან ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები და ყვავილები შეიცავს 7-8% ლორწოვან ნივთიერებებს, გლიკოზიდ ტუსსილაგინს, ინულინს, საპონინებს, კუმარინიან წარმოებულებს, ეთერზეთებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ვირისტერფა უძველესი სამკურნალო საშუალებაა. ჯერ კიდევ პლინიუსი და ჰიპოკრატე იყენებდნენ მას ფილტვების დაავადების დროს ამოსახველებელ საშუალებად. დღეისათვის მცენარე წარმოადგენს ამოსახველებელ, დამარბილებელ და ანთების საწინააღმდეგო საშუალებას ბრონქიტის, ლარინგიტის და ფილტვის აბსცესის დროს. იყენებენ ფოთლის ნაყენს, რომელიც მზადდება შემდეგი დოზით: 1 ს/კ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/კ ადუღებულ წყალს, აჩერებენ 4 საათის განმავლობაში. იღებენ სუფრის კოვზით 3-ჯერ დღეში.

ვორონოვის თეთრყვავილა
Galanthus Woronowii Losinsk.
Подснежник Воронова



დახასიათება. 7-15 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი, ბოლქვიანი ბალახოვანი მცენარეა ნარგიზისებრთა (Amaryllidaceae) ოჯახიდან. ბოლქვისაგან ვითარდება 20-25 სმ სიგრძის 2 ხაზურა ფოთოლი და ამავე სიგრძის საყვავილე ღერო, რომელიც ბოლოვდება ერთი თავჩაქინდრული თეთრი ყვავილით. ნაყოფი კოლოფია, მრავალი წვრილი თესლით.

ყვავილობს თებერვალ-მარტში. ნაყოფები მწიფდება აპრილ-მასიში.

გავრცელება. გავრცელებულია ზღვისპირა ბორცვებიდან ტყის შუა (1000 - 1200 მ) სარტყლამდე. იზრდება გორაკ-ბორცვებზე, ფერდობებზე, ტერასებზე, ტყისპირებზე, ხეობებში.

სამკურნალო ნედლეულია ბოლქვები, რომლებსაც ამზადებენ ზაფხულში ან შემოდგომაზე, მცენარის მიწისზედა ნაწილის ჩახმობის შემდეგ. ნედლეულს ამრობენ ჰაერზე ან საშრობში 50-60°C-ზე.

ქიმიური შემცველობა. ბოლქვები შეიცავს ალკალოიდებს, მათ შორის მნიშვნელოვანია გალანთამინი, რომლის შემცველობა 0,07 - 0,15%-ია.

გამოყენება. თეთრყვავილას ბოლქვებისაგან მზადდება პრეპარატი ბრომწყალბადმჟავა გალანთამინი, რომელიც გამოიყენება დამბლის შემდეგ ნარჩენი მოვლენების სამკურნალოდ, მიასთენიისა და მიოპათიის დროს, ასევე, შარდის ბუშტის და ნაწლავების ატონიის დროს.

თავისარა
Ruscus ponticus Woronow
Иглица понтийская

დახასიათება. 20-50 სმ სიმაღლის სწორმდგომი, მრავალწლიანი, ორსასლიანი, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანასებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. უვითარდება ეკლით დაბოლოებული 2-3 სმ სიგრძის და 0,5-1 სმ სიგანის კლადოდიუმები, რომლებსაც ფოთლის ფორმა აქვთ და ყლორტის სახეცვლილებებს წარმოადგენენ.



ისინი ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული, ქვედა მხარეს უვითარდებათ ცალსქესიანი, ფირფიტისებური ყვავილსაფრიანი მარტოული ან ჯგუფებად შეკრებილი ყვავილები, რომლებსაც წითელი, მრგვალი, 1-3 თესლიანი ნაყოფები ვითარდება. ყვავილობს მარტ-აპრილში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში.

გავრცელება. გავრცელებულია მთის ქვედა და შუა სარტყელში, იზრდება სილნარ-ქვიშნარებზე, ტყისპირებზე, კლდეებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე და ზამთარში, რეცხავენ გამდინარე წყლით, ჭრიან პატარა ნაწილებად და აშრობენ ღია ცის ქვეშ.

ქიმიური შემცველობა. ფესურა და ფესვები შეიცავს 3,6% საქაროზას, საპონინებს, ეთერზეთებს.

გამოყენება. ქართულ ხალხურ მედიცინაში ფესურებისა და ფესვების ნახარში გამოიყენება ბუასილის სამკურნალოდ, ასევე ცნობილია, როგორც სააბორტე და მშობიარობის დასაჩქარებელი საშუალება.

თავშავა
Origanum vulgare L.
Душица обыкновенная



დახასიათება. 30-80 სმ სიმაღლის ჰორიზონტალურფესურიანი მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. ღერო მოწითალოა, ძირიდანვე დატოტვილი, მასზე განლაგებულია მოგრძო კვერცხისებური, ყუნწიანი ფოთლები. ღეროც და ფოთლებიც სუსტად არის შებუსული. ყვავილები ღია ვარდისფერი ან წითელია, ისინი ქმნიან თავთავ ყვავილედს, რომლებიც

თავის მხრივ შეკრებილია მრავალყვავილიან ფარისებურ ყვავილედად. ნაყოფი მრგვალი ან კვერცხისებური კაკალია. მთელ მცენარეს აქვს არომატული სუნი. ყვავილობს ივლის-სექტემბერში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა ფერდობებიდან სუბალპებამდე ტყისპირებზე, ტყეებში, ბუჩქნარებში, მინდვრებში.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის დროს. ნედლეულს აშრობენ ჩრდილში, სხვენში, სარდაფში, ინახავენ მშრალ შენობებში. შენახვის ვადაა 2 წელი.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები და ყვავილები შეიცავს 0,12-1,2% ეთეროვან ზეთებს, სპირტებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ვიტამინ C-ს, ყვავილებში 166 მგ/%-ს, ფოთლებში 565 მგ/%.

გამოყენება. თავშავას პრეპარატები დამამშვიდებელ მოქმედებას ახდენს ცენტრალურ ნერვულ სისტემაზე, არეგულირებს

მილს, წნევას, აუმჯობესებს მადას. აჭარაში ხალხურ მედიცინაში ამ მცენარეს იცნობენ „ისხანი ბალახის“ სახელწოდებით.

სააფთიაქო ქსელში მცენარისაგან მზადდება ნაყენი, სპირტიანი და ნაგამონაწურხარში.

ოჯახურ პირობებში ამზადებენ ნაყენს შემდეგი თანაფარდობით: 2 ჩ/კ დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/ჰ მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 საათს, წურავენ და იღებენ 1 ს/კ 3-4-ჯერ დღეში.

თირკმლის ჩაი *Orthosiphon stamineus* Benth. Почечный чай

დახასიათება. 1 მ-მდე სიმაღლის ერთწლიანი კულტურაა ტუჩოსანთა (Lamiceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, დატოტვილი, ოთხწახნაგოვანი. რომბული ფოთლები მოპირდაპირედაა განლაგებული. ორტუჩა, მკრთალი იისფერი ყვავილები ღეროს კენწრულ ნაწილში შეკრებილია მტევნებად. ნაყოფი ოთხად გაყოფილი კაკლუჭაა. ყვავილობს ივლის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.



გავრცელება. მცენარის სამშობლოა ტროპიკული სამხრეთ-აღმოსავლეთი აზია და ჩრდილოეთი ავსტრალია, სადაც წარმოადგენს მარადმწვანე, მრავალწლოვან ბალახს. საქართველოში პირველად შემოტანილი იქნა 1939 წელს სოხუმში, 1951 წლიდან კი – ქობულეთის სამკურნალო მცენარეთა ზონალურ საკვლევ სადგურში, სადაც გაშენებული იქნა მისი სამრეწველო პლანტაციები. და-

ბალი ყინვაგამმლეობის გამო მოჰყავთ, როგორც ერთწლიანი კულტურა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები და ყლორტები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, ფენენ ჩრდილში სქელ ფენად 24-30 სთ-ის განმავლობაში. ანდროს ხდება ფოთლების ფერმენტაცია. შემდეგ აშრობენ ჰაერზე ან საშრობებში 30-35°C.-ზე. ნედლეული ძალზე ჰიგროსკოპულია, რის გამოც ინახავენ მშრალ ადგილას მინის ან ლითონის ქილებში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. თირკმლის ჩაის ყლორტები შეიცავს ტრიტერპენულ საპონინებს, ალკალოიდებს, ორგანულ მჟავებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფიტოსტერინებს, გლიკოზიდ ორთოსიფონინს, ეთეროვან და ცხიმოვან მჟავებს.

გ ა მ ო ყ ე ე ბ ა. თირკმლის ჩაის პრეპარატებს ახასიათებს ძლიერი შარდმდენი მოქმედება, ორგანიზმს წმენდენ შარდოვანას, შარდმჟავას და ქლორიდებისაგან. გამოიყენება თირკმლის კენჭოვანი დაავადების, ნიკრისის ქარის, რევმატიზმის, შაქრიანი დიაბეტის, საჭმლის მომწელებელი სისტემის და გულ-სისხლძარღვოვანი სისტემის დაავადებების დროს.

ნაყენი მზადდება შემდეგი წესით: 1 სუფრის კოვზ ბალახს ასხამენ 1 ჩ/კ მდულარე წყალს, აჩერებენ 4 სთ-ს, წურავენ და დებულობენ ყავის ჭიქით 2-ჯერ დღეში ჭამამდე 30 წთ-ით ადრე.

თუთუბო

Rhus coriaria L.

Сумах дубальный

დახასიათებ ა. 1-3 მ სიმაღლის შეზუსული ბუჩქია თუთუბოსებრთა (Anacardiaceae) ოჯახიდან. ფოთლები კენტფრთართულია, შედგება 9-15 ფოთოლაკისაგან, სიგრძით 4-6 სმ და სიგანით 2,5 სმ. თეთრი ყვავილები შეკრებილია მტევან ყვავილედებად.

ნაყოფი მურა წითელი, წვრილი კურკიანაა. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ქვედა და შუა სარტყელში 1000-1200 მ-მდე ზღვის დონიდან, აჭარისწყლის ხეობის ფიჭვნარ და წიფლნარ ტყეებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე - დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები და ტოტები, რომლებსაც ამზადებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე - ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს 33% ტანიინებს, ფლავონოიდებს.

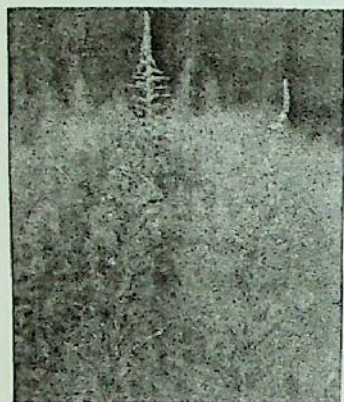
გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში თუთუბოს ფოთლებისაგან ღებულობენ ტანიინებს, რომლებსაც აქვთ მადეზინფიცირებელი მოქმედება. გამოიყენება სისხლიანი ფლარათის, კოლიტის, წყლულების სამკურნალოდ.



თხაწართხალა, ხარიკულა
***Chamaenerion angustifolium* (L.) Scop.**
Иван-чай узколистный

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 1,5 მ სიმაღლის სწორმდგომი ბალახოვანი მცენარეა ონაგრასებრთა (Onagraceae) ოჯახიდან. ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული მოგრძო ლანცეტა ფოთლები. ყვავილები წითელია, კენწრული, მტევნებად შეკრებილი. ნაყოფი კოლოფია, მრავალი თესლით. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის შუა სარტყლიდან სუბალპეზამდე. გვხვდება ტყის პირებზე, გაჩეხილ ტყეებში, მთებში, ბუჩქნარებში.



სამკურნალო ნედლეუ-
ლია ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ
ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ
ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა.
ფოთლები შეიცავს 20% მთრიმლავ
ნივთიერებებს, ლორწოს, ალკალოი-
დებს, შაქრებს, პექტინებს, C ვიტამინს,
კუმარინებს, ანთოცინებს, ფლავონოი-
დებს.

გამოყენება. ფოთლის ნა-
ხარში გამოიყენება კუჭის წყლულის,
გასტრიტისა და კოლიტის დროს. დადგენილია ნახარშის დამამ-
შვიდებელი და კრუნჩხვის საწინააღმდეგო მოქმედებაც. ნახარშის
მოსამზადებლად 1 ს/კ გამომშრალ ფოთლებს ასხამენ 1 ჩ/ჭ ცივ
წყალს, ადუღებენ ნელ ცეცხლზე 5 წთ-ის განმავლობაში, აცივებენ,
წურავენ და ღებულობენ ს/კ-ით 3-4 ჯერ დღეში.

აჭარაში ხალხურ მედიცინაში ამავე მიზნით გამოიყენება *Ch.*
Angus Holub.

იაპონური ზღმარტლი (მუშმულა)

Eriobotrya japonica L.

Мушмула японская

დახასიათება. 10-15 მ სიმაღლის მარადმწვანე ხეა ვარ-
დისებრთა (*Rosaceae*) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, დატოტვი-
ლი. ვარჯი – სფეროსებური. მორიგეობით განლაგებული ფოთლები
ტყავისებურია, ზედა მხარეს მუქი მწვანე, ქვედა მხარეს – ღია
მოყვითალო, შებუსული. თეთრი ყვავილები შეკრებილია ყლორ-
ტების ბოლოებზე მტევან ყვავილედებად. ნაყოფი ყვითელი კენკრაა.

ყვავილობს ოქტომბერ-დეკემბერში. ნაყოფები მწიფდება მაის-ივნისში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. საქართველოში შემოტანილია მე-19 საუკუნის ბოლოს ევროპიდან. გავრცელებულია ზღვისპირა სუბტროპიკულ ზოლში, როგორც ხეხილოვანი მცენარე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ წლის ნებისმიერ დროს. ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს C ვიტამინს, ეთერზეთებს, საპონინებს, ნახშირწყლებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. აქარის ხალხურ მედიცინაში ფოთლების ნახარში გამოიყენება შაქრიანი დიაბეტის სამკურნალოდ. ამ მიზნით 10 ცალ დაქუცმაცებულ ფოთოლს ასხამენ 1 ლ ცივ წყალს და ადუღებენ 20 წთ-ს ნელ ცეცხლზე, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ ყავის ქიქით დღეში 3-ჯერ. მკურნალობის კურსი 1 თვეა.

ისლი

Carex brevicollis DC.

Осока

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 30-45 სმ სიმაღლის გამერქნებულფესურიანი, მრავალწლიანი, ერთსახლიანი ბალახოვანი მცენარეა ისლისებრთა (Cyperaceae) ოჯახიდან. დერო მრავალრიცხოვანია, ფოთლები რბილი, ღია მწვანე, 20-25 სმ სიგრძის და 3-5 მმ სიგანის. ყვავილები ცალსქესიანია, კვერცხისებურ თავთავებად შეკრებილი, მოწითალო, ფირფიტისებური ყვავ-



ილსაფრით. ნაყოფი კოლოფია, მრავალი თესლით. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება სუბალპურ მდელოებზე, ღვიის რაყებში, კლდეებზე. შხამიანია ცხოველებისათვის.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ კოკრობისა და ყვავილობის პერიოდში, ამრობენ ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბალახი შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია ბრევიკოლინი.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ბრევიკოლინის დიქლორჰიდრატი გამოიყენება მშობიარობის დასაჩქარებლად და სისხლდენის შესაჩერებლად.

კავკასიური ბელადონა *Atropa bella-donna* Kreyer Белладонна Кавказская



დახასიათება. 1,5 მ სიმაღლის მრავალწლიანი, მსხვილფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ძალყურძენასებრთა (Solanaceae) ოჯახიდან. მორიგეობით განლაგებული, 20 სმ სიგრძის ფოთლები ყუნწიანი და ელიფსურია. ყვავილები მორუხო-იისფერია, ფუძესთან – ყვითელი. ნაყოფი შავი,

წვნიანი კენკრაა მრავალი თესლით. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-ოქტომბერში. შხამიანი მცენარეა.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში, იზრდება ტყისპირებზე, ბუჩქნარებში, გზების გაყოლებით. ად-

გილსამყოფელია: ხალა, ჩაქვისთავი, მტირალა, ხულო, ნაღვარევი და სხვა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები და ფესვები. ფოთლებს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ფესვებს – ზამთარში. აშრობენ ღია ცის ქვეშ ან საშრობში 40°-ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს 1% ალკალოიდებს, ფესვები – 0,9%-ს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში მცენარის პრეპარატები გამოიყენება, როგორც სპაზმების საწინააღმდეგო და ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება.



კავკასიური სოჭი *Abies nordmanniana* (Stev.) Spach Пихта Кавказская

დახასიათებ ა. 40 მ-მდე სიმაღლის პირამიდულვარჯიანი, მარადმწვანე ხეა ფიჭვისებრთა (Pinaceae) ოჯახიდან. მოყავისფრო ტოტებზე ორ რიგადაა განლაგებული ხაზურა წიწვები. მდედრობითი გირჩები აღმამდგომია, ისინი გასული წლის ყლორტების კენწეროებზე სხედან, ხოლო მამრობითი გირჩები თავმოყრილია წიწვების ილღიებში. თესლები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის შუა და ზედა სარტყელის სოქნარ-ნაძვნარ და სოქნარ-ფიჭვნარ ტყეებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა წიწვები და კვირტები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ ღია ცის ქვეშ ან საშრობში 40-45°C-ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ფისს, ეთერზეთებს, ფიტონციდებს, C და B ვიტამინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში სოქის კვირტებისა და წიწვებისაგან მიღებული ნაყენი გამოიყენება ღრძილებიდან სისხლდენის და სასუნთქი გზების დაავადებების სამკურნალოდ. სოქის ფისისაგან მიიღება „სოქის მალამო“, რომელიც გამოიყენება კრილობების შესახორცებლად.

აჭარის ხალხურ მედიცინაში ხველების წინააღმდეგ ამზადებენ ნაყენს, რისთვისაც 3 ს/კ წიწვებს ან კვირტებს ასხამენ 3 ჩ/ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 12 სთ-ს, წურავენ და სვამენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში. ღრძილებიდან სისხლდენისა და ანთების დროს ამავე წესით დამზადებულ ნაყენს ივლებენ პირის ღრუში 0,5 ჩაის ჭიქით დილით და ამ მიზნით ნაყენის მოსამზადებლად 3 ს/კ წიწვებს ან კვირტებს ასხამენ 3 ჩ/ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 12 სთ-ს, წურავენ და ივლებენ პირის ღრუში 3-ჯერ დღეში.

კავკასიური შროშანა

Convallaria majalis L. subsp. *transcaucasica*

(Utkin ex Grossh.) Bbordz.

Ландыш закавказский

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 10-20 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანასებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. ნიადაგში უვითარდება ჰორიზონტალური, დატოტვილი ფესურა, საიდანაც ამოდის ორი ფესვთანური კიდემთლიანი, შიშველი, პარალელურმა-

რღვიანი, ელიფსური ფოთოლი. ფოთლებს შორის ვითარდება საყვავილე ღერო, რომელიც ბოლოვდება ერთ მხარეს მიმართული სურნელოვანი თეთრი, პატარა ბურთისებრ-ზარისებრი ყვავილებით. ნაყოფი წითელ-ნარინჯისფერი მრგვალი კენკრაა. ყვავილობს აპრილ-მაისში, ნაყოფი მწიფდება ივლის-აგვისტოში. შხამიანია.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის ქვედა სარტყლის ბუჩქნარებში და ტყისპირებზე. გვხვდება მახუნცეთში, მწვანე კონცხზე, ციხისძირში.



ს ა მ კ უ რ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა ნაწილი – ფოთლები და ყვავილები, რომლებსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ამრობენ შეგროვებისთანავე საშრობებში ან სარდაფებში. მას არ უნდა მოხვდეს მზის სხივები, რადგან მზეზე საგულე გლიკოზიდები იშლება.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მცენარის მიწისზედა ნაწილები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს - კარდენოლიდებს, კერძოდ, 20-მდე სახის დიგიტალინო-სტროფანტინის გლიკოზიდებს, აგრეთვე ფლავონოიდებს და კუმარინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. შროშანასაგან მიღებული პრეპარატები გამოიყენება მწვავე და ქრონიკული გულის უკმარისობის, გულის მანკის, კარდიოსკლეროზისა და გულის ნევროზის დროს. მისგან მზადდება პრეპარატები: კონვალატოქინი-ამპულებში, ჰალენური პრეპარატები, კორგლიკონი - ამპულებში. ფოთლების ნაყენი, მშრალი ექსტრაქტები და კონცენტრატები შედის კომპლექსური საგულე გლიკოზიდების შემადგენლობაში. გლიკოზიდი დეზგლუკოქსიეროტოქსინი, გარდა კარდიოლოგიური აქტივობისა, ავლენს ცენტრალური ნერვული სისტემის დამამშვიდებელ მოქმედებას.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი დოზით 2 ჯ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/ჰ მდუღარე წყალს, აჩერებენ 1 სთ-ის განმავლობაში. ღებულობენ 3-ჯერ დღეში ჩაის კოვზით.

კავკასიური ცაცხვი
***Tilia caucasica* Rupr. = *T. Begonifolia* Stev.**
Липа Кавказская



დახასიათება. 20-40 მ სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა ცაცხვისებრთა (Tiliaceae) ოჯახიდან. ცოცხლობს 300-400 წელზე მეტხანს. უვითარდება დატოტვილი ვარჯი და მორიგეობით განლაგებული, გრძელყუნწიანი, გულისებური, წვრილად დაკბილული ფოთლები. მოყვითალო თეთრი, სურნელოვანი ყვავილები შეკრებილია ფარისებრ ყვავილედებად, უვითარდება ლანცეტა თანაყვავილი. ნაყოფი ბურ-

თისებრი კაკლუქაა. ყვავილობს 20 წლის ასაკიდან, ივნისის ბოლოს ან ივლისის დასაწყისში, ყვავილობა გრძელდება მხოლოდ 10-15 დღე. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში. თაფლოვანი მცენარეა.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან 1200-1600 მეტრამდე. გავრცელებულია წიფლნარ, მუხნარ, მურყნარ და წიწვოვან ტყეებში.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილელები თანაყვავილით, რომლებსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ყვავილები შეიცავს გლიკოზიდ ტილიციანს, ფლავონურ გლიკოზიდ ჰესპერიდინს, ეთერზეთებს, მწარე და მთრიმლავ ნივთიერებებს, საპონინებს,

ასკორბინის მჟავას (31,6 მგ/%), კაროტინს, შაქარს, ცვილს, ფიტონციდებს. თანაფოთოლი შეიცავს კაროტინს, ასკორბინის მჟავას (131,5 მგ/%), გლიკოზიდ ტილიცინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ცაცხვის ყვავილის ნაყენი გამოიყენება, როგორც ეფექტური ოფლმდენი, სიცხის დამწევი, ბაქტერიოციდული, ხველების საწინააღმდეგო საშუალება გრიპისა და გაცივების დროს. ნაყენის მოსამზადებლად 1 ს/კ წვრილად დაჭრილ ყვავილებს ასხამენ 1 ჩ/ჰ მდულარე წყალს, აჩერებენ 10 წთ-ს და დებულობენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში. შესაძლებელია დოზის გაორმაგება ან გასამმაგება.

კავკასიური ხარისძირა
Helleborus caucasicus A. Br.
Морозник кавказский

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 30-50 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, მარადმწვანე ბალახოვანი მცენარეა ხარისძირასებრთა (Helleboraceae) ოჯახიდან. ივითარებს დიდი ზომის გრძელყუნწიან თათისებრ, ტყავისებურ ფვსვთანურ ფოთლებს და ასევე, გრძელყუნწიან ყვავილედს, რომელშიც 1-4 მომწვანო-მოყვითალო ყვავილი ვითარდება. ნაყოფი ფოთლურაა, მრავალი წვრილი თესლით. ყვავილობს იანვარ-მარტში. ნაყოფი მწიფდება აპრილ-ივნისში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის შუა სარტყლამდე ტყის პირებში, კლდეებზე, გზების გასწვრივ ბუჩქნარებში. დეკორატიულია.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ უ ლ ი ა ფესურა და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე, ასუფთავებენ მიწისაგან, ჭრიან პატარა ნაჭრებად და აშრობენ 25-45°C-ზე საშრობში ან ჩრდილში. აქვს უსიამოვნო სუნი და მწარე გემო.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურები და ფესვები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს - ბუფადიენოლიდებს, მონოზიდებს, ბიოზიდებს და სტეროიდულ საპონინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ნედლეულისაგან მზადდება პრეპარატი „კორელბორინი“ ტაბლეტებში და ამპულებში, რომელიც გამოიყენება, როგორც გულის კუნთის მარეგულირებელი საშუალება. ამ პრეპარატის დიდხანს მიღებამ შეიძლება გამოიწვიოს ტოქსიკაცია, ამიტომ მისი მიღებისას საჭიროა ექიმის კონტროლი.

კაკლის ხე (ნიგოზი)

Juglans regia L.

Орех Грецкий



და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 25 მ-მდე სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა კაკლისებრთა (*Juglandaceae*) ოჯახიდან. ახასიათებს გაშლილი ვარჯი და კენტფრთართული ფოთლები, რომლებიც შედგება 3-5 წყვილი, მოგრძო, კვერცხისებურ-წაგრძელებული ფოთოლაკისაგან. ყვავილები ცალსქესიანია, თავქვე დაკიდებული. ნაყოფი მსხვილი კურკიანაა, რომელიც გარედან დაფარულია მწვანე, ხორცოვანი პერიკარპიუმით. ყვავილობს მაისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა . კულტივირებული სახეობაა, აჭარის ტყე-
ებში საკმაოდ დიდ მასივებს ქმნის. არსებობს მისი სხვადასხვა ჯიში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, უმწიფარი
და მწიფე ნაყოფები. ფოთლების დამზადება ხდება გაზაფხულზე და
ზაფხულის დასაწყისში, როცა ისინი აღწევს ნორმალურ ზომას და
ახასიათებთ ბალზამის სუნს. არ შეიძლება ტენიანი და დანამული
ფოთლების შეგროვება, რადგან გამრობისას შავდება.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა . ფოთლები შეიცავს ალკ-
ალიიდ იუნგლანდინს, ენოზიტს, ეთერზეთებს, მთრიმლაკ ნივთიე-
რებებს, ცილებს. ნაყოფები შეიცავს 35% ცხიმებს, ცილებს, მიკროელე-
მენტებს: იოდს, კალიუმს, კალციუმს; ვიტამინებს, მინერალურ მარ-
ილებს, იოდის მაღალი შემცველობით გამოირჩევა თესლის ლეზნებს
შორის არსებული ტიხარი.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა . იოდის დიდი რაოდენობით შემცველობის
გამო კაკლის თესლებს შორის არსებული ტიხრების სპირტზე ნა-
ყენი გამოიყენება ჩიყვის სამკურნალოდ. ნაყენის მოსამზადებლად 1
სუფრის კოვზ თესლების ტიხარს ასხამენ 200 გ სპირტს, ახურავენ
მჭიდროდ და აჩერებენ სიბნელეში 1 კვირის განმავლობაში. დებ-
ულობენ 20-20 წვეთს 3-ჯერ დღეში. ქართული ხალხური მედიცინის
მიხედვით, კაკალს აქვს სიცოცხლის გახანგრძლივების უნარი.
კერძოდ, ვინც ხშირად ჭამს კაკალს, თმა გვიან უთეთრდება და სახის
კანი დიდხანს არ უნაოჭდება.

კალანხოე

Calanchoe pinnata L.

Каланхое перистое

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა . 1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახ-
ოვანი მცენარეა ქენდირისებრთა (Apocinaceae) ოჯახიდან.
სწორმდგომ ღეროზე მორიგეობით არის განლაგებული ხერხკბილა,
ხორცოვანი, პრიალა ფოთლები. ფოთლებს კიდეებზე უხვად უვი-



თარდება ჩვეთა კვირტები, რითაც მცენარე სწრაფად მრავლდება ვეგეტაციურად. ყვავილები შეკრებილია მტევან ყვავილედებად. ნაყოფები არ მწიფდება.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. ტროპიკული წარმოშობის მცენარეა. ამენებენ, როგორც ოთახის დეკორატიულ კულტურას.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნედლი ფოთლები, რომლისგანაც ღებულობენ წვენს. ფოთლებს აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის პერიოდში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს ფლავონოიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, C და P ვიტამინებს, მიკროელემენტებს, ორგანულ მჟავებს, პოლისაქარიდებს, ფერმენტებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფოთლების წვენს და მალამოს იყენებენ ანთების საწინააღმდეგოდ, იგი ხელს უწყობს დამწვრობის, ქრილობის, წყლულების მოშუშებას. აჩერებს სისხლდენას.

კარტოფილი *Solanum tuberosum L.* Картофель

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ტუბერიანი ბალახოვანი მცენარეა ძაღლყურმენასებრთა (*Solanaceae*) ოჯახიდან. მიწისზედა ყლორტები სწორმდგომია, დატოტვილი. ფოთლები ფრთართულია, მორიგეობით განლაგებული, შებუსუსული. თეთრი ან იისფერი ყვავილები ქმნიან ფარისებურ ყვავილედს. ნაყოფი მრავალთესლიანი სფერულიკენკრაა. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფი მწიფდება სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. სამხრეთ ამერიკული წარმოშობის საბოსტნე კულტურაა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნ ე დ ლ ი ტუბერები. დაუშვებელია გამწვანებული ტუბერების გამოყენება.



ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ტუბერები შეიცავს ნახშირწყლებს, ცილებს, ცელულოზას, პექტინოვან ნივთიერებებს, C, PP ვიტამინებს, კალციუმის, კალიუმის, ფოსფორის, რკინის მარილებს, ორგანულ მჟავებს.

გ ა მ ო ყ ე ე ბ ა. ტუბერებისაგან გამოწურული ახალი წვენი

გამოიყენება მაღალი მჟავიანობის, გასტრიტისა და კუჭის წყლულოვანი დაავადების დროს. იგი ამუხრუჭებს კუჭის ჯირკვლების სეკრეციას, ხელს უწყობს წყლულების შეხორცებას. კალიუმის მაღალი შემცველობა განსაზღვრავს მის შარდმდენ თვისებას. რეკომენდირებულია $\frac{1}{2}$ ჩ/ჭ კარტოფილის ახალი წვენის მიღება 2-3-ჯერ დღეში ჭამამდე 30-40 წუთით ადრე.



აქარაში ხალხურ მედიცინაში კარტოფილის გახეხილი ნედლი ტუბერები გამოიყენება დამწვრობის, ეგზემის და კანის სხვა დაავადების სამკურნალოდ. გარდა ამისა, ფართოდ იყენებენ მოხარშული კარტოფილის ორთქლის შესუნთქვით მკურნალობას ზედა სასუნთქი გზების კატარის დროს.

კატაბალახა
Valeriana officinalis L.
Валериана лекарственная



დახასიათება. 1 მ-მდე სიმაღლის, სწორმდგომი, მრავალწლიანი, ფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა კატაბალახასებრთა (Valerianaceae) ოჯახიდან. ფესურიდან გამოდის მრავალრიცხოვანი გრძელი და წვრილი ფესვები. ფოთლები ფრთართულია, მორიგეოვით განლაგებული. ყვავილები წვრილია, ვარდის-

ფერი, არომატული. ისინი შეკრებილია ღეროს წვერში ფარისებურ ყვავილედად. ნაყოფი თესლურაა საფრენი აპარატით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება. დანერგილია კულტურაში. ქობულეთის სამკურნალო მცენარეთა საკვლევ სადგურში შექმნილია სამრეწველო პლანტაციები.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა ფესვებთან ერთად, რომლებსაც აგროვებენ სექტემბერ-ოქტომბერში, რეცხავენ და აშრობენ ჰაერზე. შრობისას ნედლეული ღებულობს დამახასიათებელ სუნს, რომელიც განპირობებულია ბორნილ-იზოვალერიანის მჟავით.

ქიმიური შემცველობა. ფესვები და ფესურები შეიცავს ვალეოტრიტებს, ეთერზეთებს, ტერპენებს, ალკალოიდებს, ტანინებს, შაქრებს.

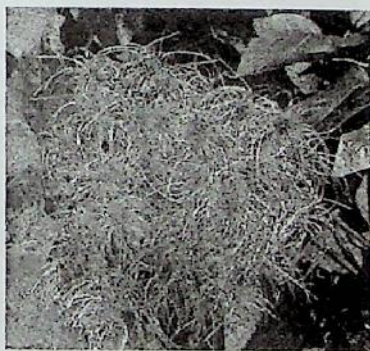
გამოყენება. ფესვებისა და ფესურებისაგან დამზადებული პრეპარატები ხასიათდება ნერვული სისტემის დამამშვიდებელი მოქმედებით, აფართოვებს სისხლძარღვებს, ფლობს ჰიპერტონული და სპაზმოლიტიკური მოქმედების უნარს, ამლიერებს ნაწლავის

მოტორულ ფუნქციას, აუმჯობესებს ორგანიზმის საერთო მდგომარეობას. მათ უნიშნავენ უძილობის, ნევროზის, გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების, სისხლძარღვების სპაზმის და ტაქიკარდიის დროს. იგი შედის კორვალოლის, ვალოკორდინის, კარდიოვალენის და ვალიდოლის შემადგენლობაში.

ნაყენის მომზადება: 5 გრამ დაქუცმაცებულ ფესვებს ასხამენ 250 მლ ადუღებულ წყალს, აჩერებენ 2 საათის განმავლობაში, წურავენ და ღებულობენ ყავის ჭიქით დილით და საღამოთი – ძილის წინ. მედიცინაში ამავე მიზნით გამოიყენება სუბალპურ მდელოებზე მზარდი - *V. eriophylla* (Led) Utk.

კატაბარდა *Clematis vitalba* L. Ломонос

დახასიათება. 7-8 მ სიმაღლის, მრავალწლიანი, ბალახოვანი ლიანა მცენარეა ბაიასებრთა (*Ranunculaceae*) ოჯახიდან. გამერქნებული ღეროები ცოცავს კლდეებზე, ხეებზე ან ბუჩქებზე. ყლორტებზე მოპირისპირედაა განლაგებული კენტფრთართული ფოთლები. თეთრი, შებუსუსი ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედად. მწიფე თესლებს უვითარდება ფრთისებური სვეტი. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში. შხამიანია.



გავრცელება. გავრცელებულია მთის ქვედა და შუა სარტყელში. იზრდება ტყისპირებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფესვები და ნორჩი ყლორტები, რომლებსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში და ამრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ფესვები და ყლორტები შეიცავს ალკალოიდ ანემონინს, გლიკოზიდებს: კლემატოლინს, კლემატიტინს, სიგმასტერინს, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება. ფესვებისა და ყლორტების სპირტიანი ნაყენი გამოიყენება საფენების სახით კანის სოკოვანი დაავადებების და ჩირქიანი ჭრილობების სამკურნალოდ. გააჩნია ძლიერი ბაქტერიციდული თვისება.

კეთილშობილი დაფნა

Laurus nobilis L.

Лавр благородный



დახასიათება. 5-8 მ სიმაღლის მარადმწვანე ხეა ან ბუჩქი დაფნისებრთა (Lauraceae) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი ყავისფერია, ყლორტებისა – მწვანე. მორიგეობით განლაგებული ფოთლები მოკლექუნწიანია, ტყავისებური, კიდეშთლიანი, სასიამოვნო სუნის. ფოთლის იდლიებში ვითარდება ჯგუფურად შეკრებილი, ცალსქეს-

იანი თეთრი ყვავილები. ნაყოფი მომწვანო-შავი ელიფსური კურკიანაა. ყვავილობს აპრილ-მაისში., ნაყოფები მწიფდება შემოდგომაზე.

გავრცელება. დაფნის სამშობლოა ხმელთაშუა ზღვის ქვეყნები. საქართველოში შემოიტანეს მე-19 საუკუნის დასაწყისში. ფართოდ არის გავრცელებული, როგორც სუნელ-სანელებელი.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის პერიოდში და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები შეიცავს 4-5% ეთერ-ოვან ზეთებს, ორგანულ მჟავებს, პოლისაქარიდებს.

გამოყენება. ფოთლების ნახარშს იყენებენ შაქრიანი დიაბეტის სამკურნაოდ, ღრძილების ანთების წინააღმდეგ და კბილების გასამაგრებლად.

ნახარშის მოსამზადებლად 3 ს/კ დაქუცმაცებულ ფოთლებს ასხამენ 1 ლ წყალს, ადუღებენ ნელ ცეცხლზე 15 წთ-ს, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ ყავის კიჩით 4-ჯერ დღეში.

კივი

Actinidia deliciosa L.

Киви

დახასიათება. 15 მ-

მდე სიმაღლის მერქნიანი, ორსახ-

ლიანი ლიანაა აქტინიდიასებრთა

(Actinidiaceae) ოჯახიდან. ღეროსა

და ტოტების ქერქი ყავისფერ-მო-

წითალოა. ყუნწიანი, გულისებური

ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა

განლაგებული. ისინი ძარღვების

გასწვრივ წითელი ბუსუსებითაა

დაფარული. ყვავილები თეთრია,

არომატული, შეკრებილია მტევან ყვავილედებად.

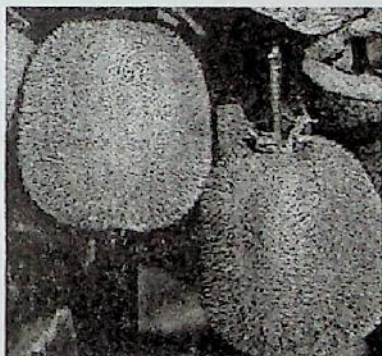
დამტკერვას ახ-

დენს ფრინველი კივი, საიდანაც წარმოდგება მცენარის სახელწოდე-

ბა. ნაყოფი მოგრძო, ბუსუსებით დაფარული, ყავისფერი კენკრაა.

ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემ-

ბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული ხეხილოვანი მცენარეა. სამშობლოა ჩინეთი.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნ ა ყ ო ფ ე ბ ი, რომლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. კივის ნაყოფი შეიცავს C, PP, E, A, D, B₂, B₃, B₆ ვიტამინებს, მიკროელემენტებს: მაგნიუმს, კალიუმს, ფოსფორს, რკინას, შაქრებს, ფერმენტებს, კაროტინებს, ორგანულ მჟავებს, ფლავონოიდებს. მასში შერწყმულია ბანანის, ანანასის, ნესვის, მარწყვის და ხურტკმლის გემო.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ნაყოფის მთავარი ღირსებაა ვიტამინების დიდი რაოდენობით შემცველობა. კივი იცავს ორგანიზმს ინფექციებისაგან და ამაგრებს იმუნურ სისტემას, აუმჯობესებს გულის ფუნქციას, არეგულირებს უჯრედთა შორის ნივთიერებათა ცვლას, ამცირებს ონკოლოგიურ და გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებათა რისკს, აუმჯობესებს შრომისუნარიანობას, უზრუნველყოფს ორგანიზმის გამძლეობას სტრესის დროს. კივიში არის იდეალური ბალანსი კალორიულობის მინიმუმისა და სასარგებლო ნივთიერებათა მაქსიმუმისა. ნორვეგიელი მეცნიერების მიერ დადგენილი იქნა, რომ კივის შეუძლია დაშალოს ის ცხიმები, რომლებიც იწვევს არტერიის ბლოკირებას, რაც ამცირებს თრომბის წარმოქმნის რისკს.

კილამურა, კლდის ძირტკბილა

Polypodium vulgare L.

Многоножка обыкновенная, сладкий корень

დახასიათება. 10–25 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი გვიმრაა კილამურასებრთა (Polipodiaceae) ოჯახიდან. ფესურა დაფარულია შავი, წვრილი ფირფიტებით. ფოთლები მოგრძო ლანცეტაა, ფრთართული, 10–20 სმ სიგრძის. მათ ქვედა მხარეს უვითარდებათ მრგვალი, ყავისფერი ბუსუსები.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია მთის ქვედა სარტყლიდან სუბალპებამდე. იზრდება ტყეთა ტენიან ხეობებში კლდეებზე ან ხეების ღეროებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესურები, რომლებსაც აგროვებენ ზაფხულის ბოლოს ან შემოდგომაზე, ჭრიან პატარა ნაწილებად და აშრობენ ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო - ბ ა. ფესურები შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, საპონინებს, ორგანულ მუავებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ჯერ კიდევ დიოსკორიდეს შრომებშია მოხსენიებული კილამურა, როგორც სამკურნალო მცენარე. თანამედროვე მედიცინაში ფესურებისაგან ამზადებენ ჭიების დამდენ და შარდმდენ პრეპარატებს.



კიტრი

Cucumis sativus L.

Orypeu

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. ერთწლიანი საბოსტნე კულტურული მცენარეა გოგრიხებრთა (Cucurbitaceae) ოჯახიდან, 1,5 მ-მდე სიგრძის ხვიარა, მიწაზე გართხმული ღეროთი და მარტივი ულვაშებით. ფოთლები და ღეროები დაფარულია უხეში ბუსუსებით, გვირგვინი ყვითელი და ძაბრისებურია. ნაყოფი მოგრძო გოგრულაა, მრავალი თესლით. ყვავილობს ივნის-



ავვისტოში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა . კიტრი ინდური წარმოშობის მცენარეა. დახურულ და ღია გრუნტში გამოყვანილია მისი მრავალი ჯიში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნედლი ნაყოფები.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა . ნაყოფები შეიცავს 90% წყალს. კიტრის მშრალ ნივთიერებაში არის უჯრედისი და სხვა ნახშირწყლები, ცილები, კალიუმის მარილები, რკინა, ფოსფორი, კაროტინის უმნიშვნელო რაოდენობა, PP და C ვიტამინები.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა . კიტრის ნაყოფები მადის აღმძვრელია, აუმჯობესებს ცილებისა და ცხიმების შეწოვას, აქვს სასაქმებელი მოქმედება, ამიტომ მას იყენებენ ქრონიკული შეკრულობის დროს. ახასიათებს ასევე ნაღველმდენი და შარდმდენი მოქმედება, ქორჭა კიტრის ან მისი წვენის გამოყენება სასარგებლოა წყალმანკით გამოწვეული შემუშების დროს. კავკასიაში ხალხურ მედიცინაში კიტრის ღეროებისა და მწიფე ნაყოფების ნახარშს სვამენ სიყვითლისა და ღვიძლის სხვა დაავადებების შემთხვევაში.

კლდის ღუმბა

Sedum caucasicum (Grossh.) Boriss. = *Hylotelephium*

maximum (L.) Hjl

Очиток Кавказский



დახასიათება. 30-70 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ხორცოვანფოთლიანი, ბალახოვანი მცენარეა სქელფოთლოვანი (Grassulaceaea) ოჯახიდან. ფოთლები დაკბილულია ან თითქმის კიდემთლიანი, მჯდომარე და მო-

პირისპირედ განლაგებული. ვარდისფერი ან იისფერი ყვავილები შეკრებილია კენწრულ ფარისებურ ყვავილედად ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია მთის ქვედა სარტყლიდან სუბალპებამდე. იზრდება კლდეებზე და ქვიან ადგილებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ი ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს საპონინებს, ეთეროვან ზეთებს და ლორწოვან ნივთიერებებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მცენარის ნედლი ფოთლები გამოიყენება გარეგან საშულებად ფურუჩკულების (ძირმაგარების) მოსაცილებლად. რისთვისაც კანგაცლილ ფოთოლს იფენენ მტკივნეულ ადგილზე.

კოთხოჯი

Acorus calamus L.

Аир болотный

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 60-100 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი, ფესურიანი მცენარეა ნიუკასებრთა (Araceae) ოჯახიდან. ღერო ქვედა ნაწილში დაფარულია ფოთლების ხალთით. ფოთლები ხაზურია, ფესვთანური. ღეროს წვერში ვითარდება მომწვანო-მოყვითალო ყვავილები, რომლებიც შეკრებილია ტარო ყვავილედად. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები არ მწიფდება.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კოთხოჯის სამშობლოა სამხრეთ-აღმოსავლეთი აზია. საქართველოში შემოიტანეს მე-20 საუკუნის დასაწყისში

და გავრცელებულია სანაპირო ზოლში. იზრდება იმნათის ტბის მიმდებარე არხებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესურები, რომელსაც აგროვებენ შემოდგომაზე ან ადრე გაზაფხულზე. ასუფთავებენ ფესვების, ფოთლების და ღეროებისაგან, კრიან 15-20 სმ სიგრძის ნაჭრებზე, აჭკნობენ ჰაერზე, აშრობენ კარგად განიავებულ შენობაში ან ჩრდილში. ნედლეულის შენახვის ვადა 2 წელია.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურები შეიცავს 1-3% ეთერ-ზეთებს, რომელთა შემადგენლობაში შედის არომატული ფენოლები და ფენოლური შენაერთები, ალფა პინენი, კამფენი, სესკვიტერპენი, კალამენი. ფესურები, ასევე, შეიცავს მწარე გლიკოზიდ ასკორინს, ასკორბინის მჟავას (150 მგ/%), მთრიმლავ ნივთიერებებს, ალკალოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში ფესურები გამოიყენება, როგორც მადის აღმძვრელი, საჭმლის მონელების გამაუმჯობესებელი, გაზების გამოძყოფი და შარდმდენი საშუალება ნახარშის, ნაყენის, ექსტრაქტის და ფხვნილის სახით შეფარდებით 1 : 20.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 სთ-ს, წურავენ და ღებულობენ 2 ს/კ ჭამამდე 30 წუთით ადრე.

კოლხური სურო **Hedera colchica (K. Koch) K. Koch** **Плющ Колхидский**

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. მარადმწვანე, მცოცავღეროიანი, მერქნიანი ლიანა არალიასებრთა (Araliaceae) ოჯახიდან. ფოთლები ყუნწიანია, შიშველი, განლაგებული – ახალგაზრდა ტოტებზე 3-5 ნაკვთიანი, ხოლო ხნიერ ტოტებზე – კიდემთლიანი. მომწვანო-მოყვითალო ყვავილები შეკრებილია ქოლგა ყვავილედებად, რომლებიც, თავის მხრივ, ქმნიან მტევან ყვავილედს. ნაყოფი შავი კენკრაა,

წვრილი თესლებით. ყვავილობს აგვისტო-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გვხვდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპურ სარტყლამდე. მისაკიდი ფესვებით ეჭიდება ხეების ღეროებსა და ტოტებს ან ნიადაგზეა გართხმული.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში ან საშრობში 50-60°C-ზე.



ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს ნახშირწყლებს (ფრუქტოზას, საქაროზას, გალაქტოზას), ეთეროვან ზეთებს, ფლავონოიდებს, კუმარინებს, B ჯგუფის ვიტამინებს, გლიკოზიდ ჰედერინს, სტეროიდულ საპონინებს და მინერალურ მარილებს.

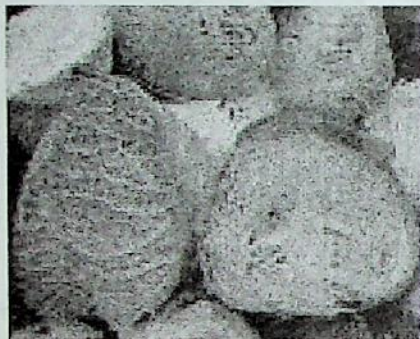
გ ა მ ო ყ ე ე ნ ე ბ ა. ფოთლების ნახარში გამოიყენება ძლიერი ხველის წინააღმდეგ მწვავე და ქრონიკული ბრონქული ასთმისა და პნევმონიის დროს, როგორც ამოსახველებელი და სპაზმოლიტიკური საშუალება. ასევე, გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის, ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების დროს.

ნახარშის მოსამზადებლად 1 ს/კ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/ჭ მდუღარე წყალს, ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 30 წთ-ის განმავლობაში, აცივებენ, წურავენ, ამატებენ წყალს პირვანდელ რაოდენობამდე და ღებულობენ 1 ს/კ-ით 3-ჯერ დღეში. მცენარე ტოქსიკურია, ამიტომ საჭიროა დოზების ზუსტი დაცვა. ამავე მიზნით გამოიყენება ჩვეულებრივი სურო *Hedera helix L.*

კომბოსტო თავხვეულა

Brassica oleracea L.

Капуста кочанная



დახასიათებთ. ორწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ჯვაროსანთა (Cruciferae) ოჯახიდან. სიცოცხლის პირველ წელს ივითარებს მოკლე ღეროს მრავალი ფესვთანური ხორცოვანი ფოთლით, მეორე წელს – საყვავილე ღეროს მტევნებად შეკრებილი ყვითელი ყვავილებით. ნაყოფი ჭოტია, შავი, სფერული თესლებით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული საბოსტნე მცენარეა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა სიცოცხლის პირველ წელს განვითარებული ნედლი ფოთლები.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. კომბოსტოს ფოთლები შეივავს 5,7% შაქრებს, 2,3% ცილებს, 1,6% ცელულოზას, ორგანულ მუავებს, ფიტონცი დებს, ფერმენტებს, C, A, P, F, B ვიტამინებს, მიკროელემენტებს, მინერალურ მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. კომბოსტოს ნედლი ფოთლებისაგან გამოწურული წვენი ხელს უწყობს კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის შეხორცებას, ორგანიზმიდან ქოლესტერინის გამოყოფას, ხელს უშლის ნახშირწყლების ცხიმებად გარდაქმნას, რასაც დიდი მნიშვნელობა აქვს ათეროსკლეროზის და სიმსუქნის თავიდან ასაცილებლად.

კომბოსტოს წვენს ღებულობენ წვენსაწურში ან ფოთლებს ატარებენ ხორცსაკვებ მანქანაში, მიღებულ მასას წურავენ დოღბანდში და წვენს ინახავენ მაცივარში. ღებულობენ ყავის ჭიქით 3-4 –ჯერ

დღეში ჭამამდე 40 წუთით ადრე, არ არის რეკომენდებული წვენის 1-2 დღეზე მეტი მარაგის მომზადება, რადგან ხანგრძლივი შენახვისას იძენს არასასიამოვნო სუნს.

კომში

Cydonia oblonga Mill.

Айва обыкновенная

დახასიათება. 5-10 მ სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა ან ბუჩქი ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ფოთლები მოკლეყუნწიანია, კვერცხისებური, კიდემთლიანი და მორიგეობით განლაგებული. ისინი ზედა მხრიდან ღია მწვანეა, შიშველი, ხოლო ქვემოდან დაფარულია თეთრი ბუსუსებით. მოზრდილი ვარდისფერი ყვავილები თითო-თითოდ სხედან ყუნწებზე. ნაყოფი არომატული, ხორცოვანი, ყვითელი ვაშლურაა მრავალი თესლით.



გავრცელება. კულტურული ხეხილოვანი მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, ნაყოფები და თესლები. ფოთლები შეიძლება შეგროვდეს მთელი ზაფხულის განმავლობაში, ნაყოფი და თესლები – შემოდგომაზე. ნედლეულს ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები შეიცავს ლორწოვან ნივთიერებებს, ტანინებს, კაროტინოიდებს, პექტინებს. თესლები შეიცავს 20% ლორწოს, 0,53% გლუკოზა ამიგდალინს, სახამებელს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, 8,15% ცხიმებს. მწიფე ნაყოფები შეიცავს 6,3% ფრუქტოზას, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში თესლებისა და ნაყოფის ნაყენი გამოიყენება შემომგარსველ საშუალებად გრიპისა და ხველების დროს. კომპლს სამკურნალო მიზნით ძველთაგანვე იყენებდნენ. დავით ბატონიშვილი გვირჩევს ბიის გულს, ფოთოლს, ნაყოფის წვენს, მურაბასა და შარბათს, როგორც შემკვრელს, თავის ტკივილის, პირღებინების და სხვა დაავადებათა საწინააღმდეგო საშუალებას.

ხალხური მედიცინის მიხედვით, ხველების წინააღმდეგ აშხადებენ ნაყენს შემდეგი წესით: 1 ს/კ გამხმარ, დაქუცმაცებულ ფოთლებს ასხამენ 1 ჩ/ჰ მდულარე წყალს, აჩერებენ 4 საათის განმავლობაში, წურავენ და იღებენ სუფრის კოვზით დღეში 4-ჯერ. 10 გრ თესლს ასხამენ 1 ჩ/ჰ თბილ წყალს და ანჯღრევენ 2-3 წუთის განმავლობაში. დგამენ 3 საათით, წურავენ და იღებენ 3-ჯერ დღეში.

კოწახური

Berberis vulgaris L.

Барбарис обыкновенный



დახასიათებთა. 3 მ სიმაღლის ბუჩქია კოწახურისებრთა (Berberidaceae) ოჯახიდან, მლიერი ფესვით და გამერქნებული ფესურით. ღეროსა და ყლორტების ქერქი მონაცრისფროა. ისინი დაფარულია 2-3 სმ სიგრძის მაგარი ეკლებით. მორიგეობით განლა-

გებული ფოთლები მომრგვალო-კვერცხისებურია, 3 სმ-მდე სიგრძის, კიდეებზე წამწამებით. ორსქესიანი ყვითელი ყვავილები შეკრებილია მტევნებად. ნაყოფი 1-1,2 სმ სიგრძის, მუქი წითელი, მჟავა, წვნიანი კურკიანაა. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება დაბლობებიდან მთის ზედა სა-
ზღვრამდე. გვხვდება ტყეებში, ბუჩქნარებში, მდინარეთა ნესტიან და
ქვიშიან ნაპირებზე, ღვიის და ფიჭვის ნრაყებში. ნაყოფები.
ფოთლებს აგროვებენ კოკრობის და ყვავილობის პერიოდში, ნაყოფებს -
სრული სიმწიფის დროს. გამოშმრალ და დაქუცმაცებულ
ფოთლებს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 1 სთ-ით,
წურავენ და ღებულობენ სუფრის კოვზით 4-5-ჯერ დღეში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, ყვავილები,
ღეროსა და ფესვების ქერქი და ნაყოფები. ფოთლებს აგროვებენ
ყვავილობის პერიოდში. ნაყოფებს სრული სიმწიფის ფაზაში, ღერ-
ოსა და ფესვების ქერქს შემოდგომაზე ან გაზაფხულზე. ნედლეულს
აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილი შეი-
ცავს ალკალოიდ ბერბერინს, ღეროსა და ფესვების ქერქი დამატებით
სხვა ალკალოიდებს: ბერბერამინს, კოლუმბამინს, ლეონტიდინს,
ოქსიაკანთინს, იატროფიგინს. ნაყოფები შეიცავს 5% მდე შაქრებს
და 6-7% მდე ვაშლის მჟავას.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ოფიციალურ მედიცინაში კონახურისაგან
გამოყოფილი ალკალოიდებისაგან ამზადებენ პრეპარატ „ბერ-
ბერინს, რომელიც გამოიყენება ქრონიკული ჰეპატიტის, ქოლე-
ცისტიტის და ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების დროს.

აქარის ხალხურ მედიცინაში კონახურის ფოთლების ნაყენს იყე-
ნებენ წნევის დასაწევად, ასევე, მშობიარობის შემდეგ საშვილოსნოს
შეკუმშვის დასაჩქარებლად, ნაყოფებს იყენებენ ღვიძლის დაავადე-
ბების, კერძოდ საყვითლოს დროს, რისთვისაც 1 ჩ/კ დაქუცმაცებულ
ფესვების ან ღეროს ქერქს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩე-
რებენ 3 სთ-ით, წურავენ და ღებულობენ ყავის ჭიქით 3-4 ჯერ დღე-
ში.

დავით ბატონიშვილი ურჩევს ავადმყოფს, მიიღოს კონახურის
ნაყოფი სისხლნაკლებობის დროს. ქანანელი უნიშნავს ავადმყოფებს
ნაყოფებს შარდის შეუკავებლობის, ელენთის, ღვიძლის ტკივილის,
თირკმლებსა და შარდის ბუშტში კენჭის გაჩენის დროს.

კრაზანა

Hypericum perforatum L.

Зверобой пронзенный



დახასიათება. 30-80 სმ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, მრავალწლიანი, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა კრაზანასებრთა (Hypericaceae) ოჯახიდან. ღერო დატოტვილია, 2 წვრილი გრძივი ხაზით. ფოთლები მჯდომარეა, ოვალური ან წაგრძელებული, კიდემთლიანი, მოფენილია შავი გამჭვირვალე ჯირკვლებით. ყვავილები მოყვითალო-ოქროსფერია, შავი წერტილებით, შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედეზად. ნაყოფი წვრილთესლიანი კოლოფია.

ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობიდან მთის ზედა სარტყლამდე, ქვიან ადგილებში, მინდვრებში, ფერდობებზე, გზების გასწვრივ, კლდეებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბალახი შეიცავს ჰიპეროზიდებს, რუტინს, კვერცეტინს, კაროტინებს, ასკორბინისა და ნიკოტინის მჟავას, საპონინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ქოლინს, ფიტონციდებს, ალკალოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. კრაზანას პრეპარატებს იყენებენ ქრონიკული გასტრიტის, მწვავე და ქრონიკული კოლიტის, კუჭ-ნაწლავის აშლილობის, ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადების, თირკმლების ქრონიკული ანთების და გინეკოლოგიური დაავადების დროს.

ნაყენს ამზადებენ შემდეგი წესით: 2-3 ს/კ ბალახს ასხამენ 2 ჩ/კ მდულარე წყალს, აჩერებენ 4-5 საათით, წურავენ და დებულობენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში ჯამამდე 30 წთ-ით ადრე.

კრაზანა შედის დამამშვიდებელი ნაკრებების: „მელისალის“, „ნოვოპასიტის“ და პრეპარატ „კაპსიტრინის“ შემადგენლობაში, რომელიც გამოიყენება ნევრიტის, მიოზიტის, რადიკულიტის და ართრიტის დროს დასაზღველ საშუალებად.

წყლიან ნაყენში დასველებულ საფენებს იყენებენ სარძევე ჯირკვლის გამაგრების დროს. მცენარეულ ზეთზე დამზადებული კრაზანას ყვავილების ნაყენი გამოიყენება ქრილობების, დამწვრობების, ჩირქოვანი გამონაყარების და კანის სხვა დაზიანებების სამკურნალოდ. აქარის ხალხურ მედიცინაში ამავე მიზნით გამოიყენება *H. androsaemum* L. *H. xylosteifolium* (Spach) Rob. *H. orientale* L., *H. polygonifolium* Rupr. *H. grossheimii* Kem.-Nat.

კულმუხო

Inula helenium L.

Девясил лекарственный

დახასიათება. 1-1,5 მ სიმაღლის მრავალწლიანი, სწორმდგომი, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა რთულყვავილოვანთა (*Asteraceae*) ოჯახიდან. ფესურა უხეშია, გამერქნებული, ღერო დადარული, წვრილი ბუსუსებით დაფარული. ქვედა ფოთლები წაგრძელებულ-ელიფსურია, 50 სმ-მდე სიგრძის ყუნწით, მორიგეობით განლაგებული. ღეროს შუა ფოთლები უფრო მცირე ზომისაა, გული-სებურია და მჯდომარე. ოქროსფერი



ყვავილები შეკრებილია კალათა ყვავილედებად. ნაყოფი თესლურა-ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის შუა და ზედა სარტყლის ნესტიან ადგილებში, ტყისპირებში, ბუჩქნარებში, ტყის მიმდებარე მდელოებზე. გვხვდება დანისპარაულში, რიყეთში, ღორჯომში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესურა და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე ან გაზაფხულზე. რეცხავენ, ჭრიან 10-20 სმ ზომის ნაჭრებად და აშრობენ ღია ცის ქვეშ ან საშრობში არა უმეტეს 40-50° C-ისა.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურა და ფესვები შეიცავენ ეთერზეთებს, ლაქტონებს, ინულინს, პოლისაქარიდებს, სახამებელს, პექტინოვან ნივთიერებებს, ფისის მაგვარ ნივთიერებებს, ვიტამინ E-ს, ნაცარს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში ფესვების ნახარში და ნაყენი გამოიყენება ამოსახველებელ საშუალებად სასუნთქი გზების დაავადებების დროს, ასევე ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების დროს.

კულმუხოს ფესვების ნაყენსა და ნახარშს აქვს მიკრობსაწინააღმდეგო და ანთების საწინააღმდეგო მოქმედება, რის გამოც მას იყენებენ დაჩირქებული ჭრილობების, წყლულების და ეგზემის სამკურნალოდ.

ნაყენს ამზადებენ შეფარდებით 1:10, აჩერებენ 8 სთ-ის განმავლობაში. დებულობენ 2-3 სუფრის კოვზს 3-4 ჯერ დღეში. ნახარშის მოსამზადებლად 2 ს/კ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/ჰ მდულარე წყალს, ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 15 წთ-ით, აცივებენ, წურავენ და დებულობენ ს/კ -ით 2-3-ჯერ დღეში.

კუროსთავი
Tribulus terrestris L.
Якорцы стелющиеся

დახასიათება. 40-80 სმ სიმაღლის ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ორყურასებრთა (Zygophyllaceae) ოჯახიდან. ღეროები დატოტვილია, სუბსტრატზე გართხმული. მასზე მოპირისპირედაა განლაგებული ქვედა მხრიდან თეთრი ბუსუსებით დაფარული მოგრძო ფოთლების 6-8 წყვილი. ყვავილები ყვითელია, 4-5 მმ სიგრძის ყუნწით, განლაგებული – ფოთლის იღლიებში. ნაყოფი



რთულია, ვარსკვლავის ფორმის, უხეში, კიდეეკლიანი. ყვავილობს მაის-ივლისში, ნაყოფები მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა სილნარ-ქვიშნარ ტერასებზე, გვხვდება ქობულეთისა და გონიოში.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის მიწისზედა და მიწისქვეშა მასა, რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

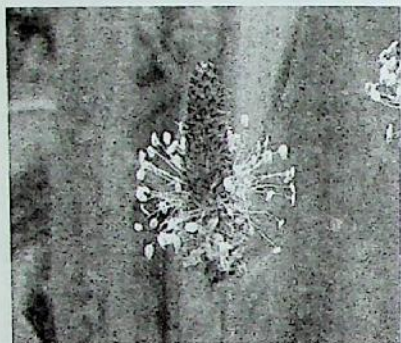
ქიმიური შემცველობა. მიწისზედა მასა შეიცავს სტეროიდულ საპონინებს, ფლავონოიდებს, ალკალოიდებს და მთრიმლავ ნივთიერებებს.

გამოყენება. მცენარის ყველა ნაწილისაგან ოფიციალურ მედიცინაში ამზადებენ სტეროიდული საპონინების შემცველ, სკლეროზის საწინააღმდეგო პრეპარატ „ტრიბუსპონინს“.

ლანცეტაფოთოლა მრავალძარღვა

Plantago lanceolata L.

Подорожник ланцетолистный



დახასიათება. 10-60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მრავალძარღვასებრთა (Plantaginaceae) ოჯახიდან. ლანცეტისებური ფორმის ფოთლები შეკრებილია ფესვის ყელთან. საყვავილე ღეროზე ვითარდება თეთრი, წვრილი, თავთავ ყვავილედად შეკრებილი ყვავილები. ნაყოფი მრავალთესლიანი

კოლოფია. ყვავილობს მაისიდან შემოდგომამდე. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ნოემბერში.

გავრცელება. გვხვდება ზღვისპირა დაბლობებიდან ტყის ზედა სარტყლამდე. იზრდება ბალახოვან მდელოებზე, ფერდობებზე, გზისპირებზე და სხვაგან.

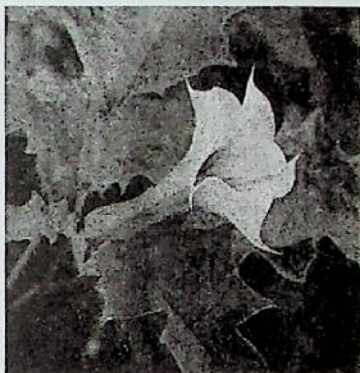
სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები შეიცავს 10% ლორწოს, გლიკოზიდ აუკუბინს, კაროტინს, K, C ვიტამინებს, მთრიმლავ და მწარე ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება. მიწისზედა მასის ნაყენი გამოიყენება კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის სამკურნალოდ. ნაყენს ამზადებენ შემდეგი წესით: 3 ს/კ გამომშრალ ნედლეულს ასხამენ 1 ლ/კ მდულარე წყალს და აჩერებენ 4 საათით, წურავენ და იღებენ ყავის ქიქით 3-ჯერ დღეში.

ლემა
Datura stramonium L.
Дурман обыкновенный

დახასიათება. 1 მ-მდე სიმაღლის ერთწლიანი, უსიამოვნო სუნის მქონე, შხამიანი ბალახოვანი მცენარეა ძაღლყურძენასებრთა (Solanaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, დატოტვილი. ფოთლები ყუნწიანია, თითქმის შიშველი, მორიგეობით განლაგებული და კიდებზე არათანაბრად ამოკვეთილი. ყვავილები მარტოულია, მოზრდილი, 5-6 სმ სიგრძის, თეთ-



რი, ძაბრისებური, 5 ნაკვთიანი გვირგვინით. ნაყოფი სწორმდგომი, კვერცხისებური, ეკლებით დაფარული კოლოფია, მრავალი თესლით. ყვავილობს მთელი ზაფხულის განმავლობაში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

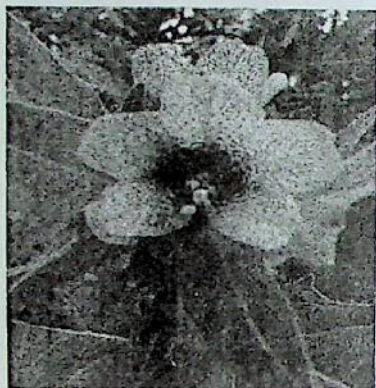
გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე. გვხვდება დანაგვიანებულ ადგილებში, გზის და რკინიგზების გასწვრივ, ღობეებთან, საცხოვრებელ სახლებთან.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში. მათი გამოშრობა უნდა მოხდეს სწრაფად, შეგროვებისთანავე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს 0,25-0,4% ალკალოიდებს, მათ შორის მთავარია ჰიოსცამინი და სკოპოლამინი.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფოთლები წარმოადგენს ასთმის საწინააღმდეგო პრეპარატის „ასთმატოლის“ ძირითად კომპონენტს.

ლენცოფა
***Nyoscyamus niger* L.**
Белена черная



დახასიათება. 80 სმ-მდე სიმაღლის ორწლოვანი, შხამიანი ბალახოვანი მცენარეა ძალღუფრმენსებრთა (*Solanaceae*) ოჯახიდან. დანაკვეთული ფოთლების ნაწილი ფესვის ყელთან არის შეკრებილი. ისინი გრძელყუნწიანია, ხოლო დეროზე განლაგებული ფოთლები უყუნწოა, დერომხვევი, წებოვანი, დაფარულია ჯირკვლოვანი ბუსუსებით. მცენარეს აქვს უსიამოვნო

სუნი. კენწრული ყვავილები შეკრებილია ერთ მხარეზე განწყობილ თავთავად. მათი დიამეტრი 4 სმ-ია, გვირგვინი შეზრდილია, 5 ნაკვეთიანი ქუჩყიანი ყვითელი ფერის, მუქი იისფერი ძარღვებით და მილში იისფერი ლაქებით. ნაყოფი კოლოფია. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება დანაგვიანებულ ადგილებში, გზების ნაპირებზე, საცხოვრებელ სახლებთან, ღობეებთან, ცხოველთა სადგომებთან.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. თხლად გაფენილს აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთა შორის მთავარია ჰიოსცინამინი და სკოპოლამინი. ფოთლებში, ფესვებში და თესვებში ალკალოიდების შემცველობა 0,05-1%-ია.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფოთლები შედის ასთმის საწინააღმდეგო პრეპარატ „ასთმატოლის“ შემადგენლობაში.

ლენცოვას სამკურნალო თვისებებს კარგად იცნობდნენ ძველ ბაბილონში, ეგვიპტეში, სპარსეთში, არაბეთში, საბერძნეთში და რომში.

ავიცენა ლენცოვას შესახებ წერდა, რომ იგი მალამოს სახით აყუჩებს ნიკრისის ქარით გამოწვეულ ტკივილებს. მკერდზე სიმსივნის დროს იკეთებენ ფოთლის საფენებს. იგი ხელს უშლის სიმსივნეების წარმოშობას და შლის მათ. ლენცოვა ძალიან შხამიანი მცენარეა. მისი შხამი იწვევს გონებრივ აშლილობას, მეხსიერების დაკარგვას და გაცოფებას.

ლელვი

Ficus carica L.

Инжир обыкновенный

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 3-8 მ სიმაღლის ხეა თუთისებრთა (*Moraceae*) ოჯახიდან. მორიგეობით განლაგებული ფოთლები მარტივია, ყუნწიანი, შებუსული. მცენარის ტოტები, ფოთლები და ნაყოფები შეიცავს თეთრ რძეწვეს. ყვავილები ცალსქესიანია, წვრილი, შეკრებილი მსხლის ფორმის ყვავილედად. მათგან წარმოიქმნება ხორცოვანი ნაყოფედი, რომელშიც ჩაზრდილია კაკლუქები. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობიდან მთის შუა სარტყლამდე. კულტურული ხეხილოვანი მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია მწიფე ნაყოფები, რომლებსაც ამრობენ მზებზე, ორპირ ქარში ან სამრობში 50-60°C-ზე.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს შაქრებს, პექტინებს, კუმარინებს, ლიმონის, ვაშლის, ძმრის, ბორისა და ასკორბინის მჟავებს, კაროტინს, B₁ და B₂ ვიტამინებს, კალიუმის მარილებს, ფერმენტებს.

გამოყენება. ლედვის ნაყოფებს უძველესი დროიდან იყენებდნენ სხვადასხვა ქვეყნის (ინდოეთი, იაპონია, ეგვიპტე) ოფიციალურ თუ ხალხურ მედიცინაში გაცივების, ხველების და გულ-სისხლძარღვოვანი დაავადებების სამკურნალოდ. ლედვის სამკურნალო თვისებებზე მიუთითებდა ცნობილი ექიმი გალენი. თბილისის ფარმაცოქიმიის ინსტიტუტის თანამშრომლების მიერ ლედვის ნედლი ნაყოფებისაგან მიღებული იქნა პრეპარატი „ლედვინი“ რომელიც გამოიყენება გულ-სისხლძარღვოვანი და ღვიძლის დაავადებების სამკურნალოდ. აქარაში ხალხურ მედიცინაში იყენებენ ლედვის ნაყოფების ნახარშს რძეში ან წყალში ან კიდევ, მურაბას, როგორც ხველების საწინააღმდეგო და სიცხის დამწვევ საშუალებას გრიპის, ტრაქეიტისა და ბრონქიტის დროს.

ოჯახურ პირობებში ნაყოფებისაგან ამზადებენ ნაყენს შემდეგი წესით: 2 ცალ ნედლ ან შშრალ ნაყოფს ასხამენ 1 ჩ/ჭ მდუღარე წყალს ან რძეს, ატკობენ თაფლით ან შაქრით, აჩერებენ 2 სთ-ის განმავლობაში და იღებენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.

ლიკოპოდიუმი *Lycopodium clavatum L.* Плаун булавоносный

დახასიათება. 1,5 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე, მრავალწლოვანი, გართხმული, დატოტვილი ბალახოვანი მცენარეა ლიკოპოდიუმისებრთა (*Lycopodiaceae*) ოჯახიდან. ღერო დაფარულია სპირალურად განლაგებული წვრილი ხაზურ-ლანცეტა ფოთლებით.

ტოტების წვერში ვითარდება სასპორე თავთავები, რომელთა ქვედა მხარეს ვითარდება სპორანგიუმები. სპორები შწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვისპირა ფერდობებიდან სუბალპებამდე, იზრდება ბუჩქნარებში, ბალახოვან ფერდობებზე, ციტრუსოვანთა პლანტაციებში, წაბლის ტყეებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ბალახი და სპორები. ბალახს აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, ფენენ თხლად და აშრობენ ჩრდილში. სპორებს აგროვებენ მომწიფების პერიოდში, როცა ისინი გაყვითლდება. ქრიან მაკრატლით დილით ან მოღრუბლულ ამინდში. მშრალ ამინდში სპორები ადვილად იფანტება. სპორები რომ არ გაიფანტოს, აშრობენ თბილ, უქარო ადგილას. გაშრობის შემდეგ ცრიან საცერში. შენახვის ვადა 5 წელია.



ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. სპორები შეიცავს 50% ცხიმოვან ზეთებს, ტერპენებს, შაქრებს, მინერალურ მარილებს. ბალახი შეიცავს ალკალოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ლიკოპოდიუმის სპორები არ სველდება, არ იხსნება და არ იბერება წყალში, არ აღიზიანებს კანს. იყენებენ ფხვნილის სახით გამოსაშრობ და საადსორბციო საშუალებად სველი ქრილობების და ნაწოლების წინააღმდეგ. ბალახი გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის, ღვიძლის, შარდის ბუშტისა და თირკმლის დაავადებების დროს, რისთვისაც 1 ჩ/კ ბალახს ასხამენ 2 ჩ/ქიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 4 სთ-ს, წურავენ და იღებენ სუფრის კოვზით 3-4 ჯერ დღეში.

ლიმონი Citrus limon osb. Лимон



დახასიათება. 3-5 მ სიმაღლის მარადმწვანე ხეა ტეგანისებრთა (Rutaceae) ოჯახიდან. ახალგაზრდა ტოტები დაკუთხულია, ეკლიანი (გვხვდება უეკლო ფორმებიც). მორიგეობით განლაგებული ფოთოლები მოგრძო-ოვალურია, კიდემთლიანი. ყვავილები თეთრია, სურნელოვანი, ორსქესიანი. ნაყოფი მოგრძო-ოვალური, წაგრძელებული, ღია ყვითელი ნარინჯულაა. ყვა-

ვილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გავრცელება. კულტივირებული მცენარეა სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიიდან.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს 3, 82% ნახშირწყლებს, 0,63% ფრუქტოზას, 1,99% გლუკოზას, 1,2% საქაროზას, 3,79% პექტინებს, 3,2% ორგანულ მჟავებს, 3,17% ცელულოზას, 1,31% ეთერზეთებს, 0,69 % მინერალურ ნივთიერებებს, 93 მგ/% C, P, B ჯგუფის ვიტამინებს, ფიტონციდებს, ფლავონოიდებს, კუმარინებს. თესლები შეიცავს ცხიმებს, ქერქი - ეთერზეთებს, ფლავონურ გლიკოზიდებს, კუმარინებს.

გამოყენება. ნაყოფების წვენი ხელს უშლის სისხლის შედედებას, თრომბის წარმოქმნას, მარილების დაგროვებას. არეგულირებს ნივთიერებათა ცვლას. ბულგარეთსა და თურქეთში ფართოდაა გავრცელებული „ახალგაზრდობის ელექსირი“, რომელიც შეიცავს ლიმონის წვენს, თაფლს და მზესუმზირის ზეთს თანაფარდობით 2 : 4 : 1.

ნაყოფის წვენი გამოიყენება გაცივების და გრიპის დროს, როგორც სიცხის დამწევი, ოფლმდენი და ანგინის სამკურნალო საშუალება. ლიმონის შემადგენლობაში შემავალი C ვიტამინი ზრდის ორგანიზმის შრომისუნარიანობას, ხსნის დადლილობას, აადვილებს სხვადასხვა დაავადების მკურნალობას. ლიმონი ნიორთან ერთად გამოიყენება სამკურნალო პროფილაქტიკურ საშუალებად ათეროსკლეროზის დროს, რისთვისაც 1 ცალ გახეხილ ლიმონს და 5-6 კბილ ნიორს ასხამენ 1 ლიტრ ადუღებულ წყალს და აჩერებენ თავდახურულ ჭურჭელში 2 დღე-ღამის განმავლობაში, შემდეგ დეზულობენ 1 სუფრის კოვზს 3-ჯერ დღეში. ლიმონის მჟავა ხელს უშლის სისხლის შედედებას და თრომბის წარმოქმნას. ლიმონს იყენებენ აგრეთვე ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის, მარილების დაგროვების, რადიკულიტის, რევმატიზმის, წყალმანკის და კენჭოვანი დაავადებების სამკურნალოდ.

ცნობილი ექიმი ავიცენა ლიმონს მიიჩნევდა საუკეთესო საშუალებად გულის დაავადებების სამკურნალოდ.

ლობიო

Phaseolus vulgaris L.

Фасоль обыкновенный

დახასიათება. ერთწლიანი, მხვიარა ბოსტნეული კულტურაა პარკოსანთა (Fabaceae) ოჯახიდან. ყუნწიანი, სამყურა ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული ღეროზე. ღერო და ფოთოლი დაფარულია რბილი ბუსუსებით. თეთრი ან ვარდისფერი ყვავილები ფოთლების ილღიებში შეკრებ-



ილია ჯგუფებად. ნაყოფი ბრტყელი პარკია. ყვავილობს ივლის-აგვისტოში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. სამხრეთ-ამერიკული წარმოშობის კულტივირებული საბოსტნე მცენარეა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები კანი, რომელსაც აგროვებენ სიმწიფის პერიოდში და აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნაყოფების კანი შეიცავს კრისტალურ გლეიბულინს, ბეტაინს, არგანინს, ქოლინს, ვიტამინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ლობიოს ნაყოფების კანის ნახარში 30-40%-ით აქვეითებს სისხლში შაქრის დონეს მიღებიდან 10 სთ-ის განმავლობაში. ნახარშის მოსამზადებლად 1 ს/კ დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ 1 ლ წყალს და ადუღებენ ნელ ცეცხლზე, სანამ ნახარში არ განახევრდება. აცივებენ, წურავენ და იღებენ 2 ს/კ 3-4-ჯერ დღეში.

ლურჯი ანუ სფერული ევკალიპტი

Eucalyptus globulus Labill

Евкалипт шариковый



დახასიათება. 50 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ხეა მირტიცებრთა (Myrtaceae) ოჯახიდან. გლუვი, ღია ნაცრისფერი ქერქით, რომელიც მერქანს სცილდება ზოლებად. მცენარეს ახასიათებს ნაირფოთლიანობა ანუ ჰეტეროფილია. ახალგაზრდა ტოტებზე ფოთლები მოპირისპირედაა განლაგებული, ისინი ცისფერია

რბილი და უყუნწო, ხოლო ხნიერ ტოტებზე ფოთოლთგანლაგება მორიგეობითია, ფოთლები წაგრძელებულია, ყუნწიანი და უხეში

ყვავილები მარტოულია, მჯდომარე, ლამბაქისებური ჯამით და მრავალრიცხოვანი მტვრიანით. ნაყოფი კოლოფია მრავალი თესლით. ყვავილობს ოქტომბერ-ნოემბერში. ნაყოფები მწიფდება 1 წლის შემდეგ.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. მცენარის სამშობლო ავსტრალია. საქართველოში შემოტანილია 1867 წელს. იგი სწრაფმზარდი ხეა, აორთქლებს დიდი რაოდენობით წყალს (დღე-ღამეში 10 ლ-ს), ამიტომაც, იყენებენ ჭაობიანი ადგილების ამოსაშრობად.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ წლის ნებისმიერ დროს, სასურველია შემოდგომა-ზამთარში. ფოთოლს აქვს არომატული სუნი და მწარე გემო. აშრობენ ჩრდილში ან საშრობში, არა უმეტეს 30°C-სა.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ევკალიპტის ფოთლები შეიცავს 2,5% ეთერზეთებს, რომლის ძირითადი კომპონენტია ცინეოლი (60%).

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფოთლების ნახარში გამოიყენება ღრძილების ანთების სამკურნალოდ. ევკალიპტისაგან მიღებული ეთეროვანი ზეთები გამოიყენება, როგორც ბაქტერიოციდული საშუალება სასუნთქი გზების დაავადების – კერძოდ, ხველების, ბრონქიტის და ფილტვის განგრენის დროს, ასევე, ღრძილების ანთებისა და ანგიინის დროს.

ფოთლებისაგან მზადდება ნახარში შემდეგი დოზით – 1 ს/კ დაქუცმაცებულ ფოთოლს ასხამენ 1 ჩ/კ მდუღარე წყალს, ადუღებენ 10-15 წუთს, გააცივებენ და იღებენ 1 ს/კ 4-5-ჯერ დღეში. ხახის ინჰალაციისათვის და გამოსავლებად ნახარშს აზავებენ წყლით 1 ს/კ – 1 ჩ/კ-ისა წყალთან.

მედიცინაში, გარდა ლურჯი ანუ სფერული ევკალიპტისა, ამავე მიზნით გამოიყენება ცისფერი ევკალიპტი *Eucalyptus cinerea* Muell და მანანის ევკალიპტი *E. viminalis* Labill.

მამასწარა
Asplenium trichomanes L.
Костенец волосовидный



დახასიათება. 10-30 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი გვიმრაა კილამურასებრთა (Polypodiaceae) ოჯახიდან. ნიადაგში უვითარდება შავი ფესურა, საიდანაც გამოდის წვრილი, ფრთართული ფოთლები, ქვედა მხარეს – მრგვალი, შავი სორუსებით.

გავრცელება. გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში

სუბალპებამდე, იზრდება ფერდობებზე და ქვიან ადგილებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. შესწავლილი არ არის.

გამოყენება. მიწისზედა მასის ნახარში გამოიყენება თმის ცვენის წინააღმდეგ.

მამულა
Artemisia vulgaris L.
Белоцветник обыкновенный

დახასიათება. 70-150 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, სწორმდგომი, დატოტვილფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული, ფრთისებრდანაკვეთული, მჯდომარე, ქვედა მხრიდან ვერცხლისფრად შებუსული. წვრილი ალუბლისფერი ყვავილები შეკრებ-

ილია კალათებად, ისინი თავის მხრივ ქმნიან საგველა ყვავილედს. ნაყოფი თესლურაა. ყვავილობს ივნისიდან სექტემბრამდე. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება ბოსტნებში, ბაღებში, გზების გასწვრივ, მინდვრებში, ტყისპირებზე. წარმოადგენს აბეზარ სარეველას.



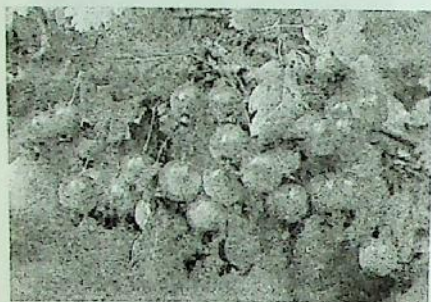
ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე - უ
ლ ი ა მცენარის ყველა ნაწილი. ბალახს აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, ფესვებს — შემოდგომაზე. ფენენ თხლად და აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბალახი შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, რომლის ძირითადი კომპონენტია ცინეოლი, მთრიმლავ და ლორწოვან ნივთიერებებს, ვიტამინებს. ფესურები შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, შაქრებს, პირეთრინს, კაროტინს, ასკორბინის მჟავას, ლორწოვან ნივთიერებებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ნედლეულისაგან დამზადებული პრეპარატები გამოიყენება როგორც დამამშვიდებელი, მატონიზირებელი, ტკივილგამაყუჩებელი საშუალებები უმძიმობის, ნევროზის, ეპილეფსიის დროს. მამულა ავიცენას მიერ რეკომენდებულია თირკმლის კენჭოვანი დაავადების და საშვილოსნოს ეროზიის სამკურნალოდ. აჭარაში ხალხურ მედიცინაში ბალახის ნახარში გამოიყენება თავის ტკივილის, გაციების და ჭიების საწინააღმდეგო საშუალებად. გარეგანი გამოყენების მიზნით ბალახის ნაყენი გამოიყენება ლორწოვანი გარსის ანთების, წყლულებისა და ძნელად შესახორცებელი ჭრილობების სამკურნალოდ.

ნახარშის მოსამზადებლად 20 გ ნედლეულს ასხამენ 1 ლ/ჰ ცივი წყალს და ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 5 წუთის განმავლობაში, აჩერებენ 2 სთ-ს და ღებულობენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.

მაქალო
Malus orientalis Uglitzk.
Яблоня восточная



დახასიათება. 10 მ-მდე სიმაღლის ხეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი დახეთქილია, ტოტების გლუვი, ნაცრისფერი და ეკლიანი. მორიგეობით განლაგებული ფოთლები ელიფსურია, ხერსკბილა, ნორჩობისას შებუსული, შემდეგ – შიშ-

ველი. ვარდისფერი ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედეზად. ნაყოფი 3-5 სმ დიამეტრის ვაშლურაა. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება. იზრდება მთის ქვედა და შუა სარტყელში, ზღვის დონიდან 1500 მეტრამდე. გვხვდება ტყისპირებსა და ღია ადგილებში, წიფლისა და სხვა ფორმაციის კორომებში.

სამკურნალო ნედლეულია მწიფე ნაყოფები.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს 16% შაქრებს (ფრუქტოზას, გლუკოზას და საქაროზას), 24% ორგანულ მჟავებს, 3% პექტინებს, C, B₁, D₂ ვიტამინებს, კაროტინს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, კალციუმს, ფოსფორს, რკინას.

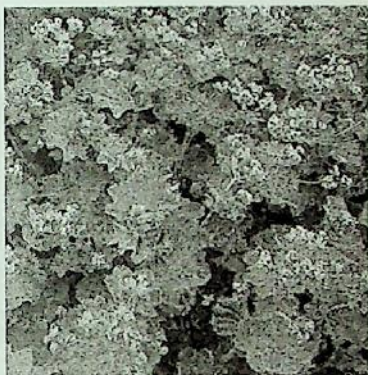
გამოყენება. ნედლი ნაყოფები გამოიყენება ავიტამინოზისა და სისხლნაკლებობის დროს. მისგან დამზადებული პრეპარატები მედიცინაში გამოიყენება სისხლმზადი ორგანოების მუშაობის გასაუმჯობესებლად.

მარმუჭი

Alchemilla oxysepala Iuz. = *A. persica* Rothm.

Манжетка острочашелистковая

დახასიათება. 30-60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ვარდისებრთა (*Rosaceae*) ოჯახიდან. დანაკვეთილი ფოთლები 12-15 სმ სიგრძისაა, ზედა მხრიდან – შიშველი, ქვედა მხრიდან – შებუსუსული. წვრილი ყვავილები შეკრებილია ქოლგისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი კაკლუქაა. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში.



გავრცელება. გავრცელებულია ტყის ზედა და სუბალპურ სარტყელში, აჭარა-იმერეთისა და არსიანის ქედებზე, ტყისპირებზე, ბალახოვან მდელოებზე, ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში, ამრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ნედლეული შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, C ვიტამინს, ფლავონოიდებს.

გამოყენება. მიწისზედა მასის ნაყენი გამოიყენება, როგორც შემკვრელი საშუალება კუჭის აშლილობისა და ნაწლავების ანთების დროს, თირკმლებისა და შარდის ბუშტის დაავადებების დროს. ნაყენს ასევე იყენებენ გინეკოლოგიურ პრაქტიკაში ნაყენის მოსამზადებლად 2 ს/კ ნედლეულს ასხამენ 2 ჩ/კ მდუღარე წყალს, აჩერებენ 5 სთ-ით, წურავენ და ღებულობენ ყავის ჭიქით 3-ჯერ დღეში.

მაჯალვერი
Daphne mezereum L.
Ролчягодник обикновенный



დახასიათება. 1 მ
მდე სიმაღლის დატოტვილი
ბუჩქია მაჯალვერისებრთა (Thi-
melaceae) ოჯახიდან. ფოთლები
მოგრძო ლანცეტაა, ზედა მხრი-
დან პრილაა, მორიგეობით გან-
ლაგებული. მოვარდისფრო
ყვავილები ტოტების ძირში შე-
კრებილია 3-5 წევრიან ჯგუფე-
ბად. ნაყოფი მომრგვალო, ერთ-

თესლიანი, წითელი კურვიანაა. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელება. გავრცელებულია მთის ზედა და სუბალპურ სარტყელში. იზრდება ტყისპირებზე, ფერდობებზე. შხამიანია.

სამკურნალო ნედლეულია ქერქი, რომელსაც აგროვებენ გაზაფხულზე, შემოდგომაზე და ზამთარში, ამრობენ მზეზე.

ქიმიური შემცველობა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ფის მეზერინს. ქერქი შეიცავს გლიკოზიდ დაფნინს, კუმარინებს, საღებავ ნივთიერებებს.

ხალხურ მედიცინაში მაჯალვერის ქერქის ნახარში გამოიყენება საფენების სახით კანის გამაღიზიანებელ საშუალებად რევმატიზმის და სახსრების ტკივილის საწინააღმდეგოდ. ნახარშის მოსამზადებლად 1 ს/კ გამომშრალ და დაქუცმაცებულ ქერქს ასხამენ 2 ჩ/კ ცივ წყალს და ადუღებენ ნელ ცეცხლზე 15 წთ-ს, აცივებენ და წურავენ.

მდგნალი
Salix caprea L.
Ива козья

დახასიათება. 15 მ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, ფოთოლმცვენი ხეა ტირიფისებრთა (Salicaceae) ოჯახიდან. მორიგეობით განლაგებული ფოთლები კვერცხისებური ელიფსურია, კიდედაკბილული, ზედა მხრიდან მუქი მწვანე, ქვედა მხრიდან – ნაცრისფერი და ბუსუსიანი. ერთსახლიანი მცენარეა, ცალსქესიანი ყვავილებით.



მდედრობითი ყვავილები შეკრებილია თეთრი ფერის ცილინდრულ მოკლეყუნწიან მკადებად, მამრობითი მკადა ყვავილედები ყვითელი, კვერცხისებური და უყუნწოა. ნაყოფი ერთბუდიანი კოლოფია მრავალი ბუსუსიანი თესლით. ყვავილობს მარტ-აპრილში, ფოთლების გაშლამდე. ნაყოფები მწიფდება მაისში.

გავრცელება. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობიდან სუბალპებამდე. ფოთლოვან ტყეებში ერევა ქვეტყეს, აგრეთვე გვხვდება ტყეთა ნაპირებზე, ბუჩქებს შორის, მდინარეებისა და ნაკადულების ნაპირებთან.

სამკურნალო ნედლეულია ღეროს ქერქი და მამრობითი ყვავილები, რომლებსაც აგროვებენ გაზაფხულზე, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ქერქი შეიცავს 16-20% მთრიმლავ ნივთიერებას, C ვიტამინს. ყვავილები შეიცავს გლიკოზიდებს, ასკორბინის მჟავას და კაროტინებს.

გამოყენება. ქერქისაგან დამზადებული ნაყენი შეფარდებით 1:20 გამოიყენება კუჭის შეკრულობის დროს გამსხნელად.

მეჭეჭა

Dichrocephala bicolor (Roth) Schlecht. = *D. integripolia*
(L. fil.) O. Kuntze

Двухцветноголовник



დახასიათება. 50-60 სმ სიმაღლის ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. დატოტვილ ღეროზე მოპირისპირედაა განლაგებული კვერცხისებური ფოთლები. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია 3-4 სმ დიამეტრის კალათებად. ნაყოფი თესლურაა.

ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე, გვხვდება ტენიან, დაჩრდილულ გზისპირებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლების წვენი.

ქიმიური შემცველობა. შესწავლილი არ არის.

გამოყენება. აჭარის ხალხურ მედიცინაში მცენარეს იყენებენ მეჭეჭების გასაქრობად, რისთვისაც დილით, ჯერ კიდევ ცვრიან მცენარეს მოსრესენ ხელში და გამონადენ წვენს ისვამენ მეჭეჭზე. 3-4 დღიანი პროცედურის შემდეგ მეჭეჭი ქრება.

მთის პიტნა

Calamintha grandiflora (L.) Moench.

Душевик крупноцветковый

დახასიათება. 50 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. მთელი

მცნარე ხასიათდება მკვეთრი, სასიამოვნო არომატული სუნით. ღერო სწორმდგომია, დატოტვილი, ღარებიანი, დაფარულია თეთრი ბეწვებით. ფოთლები მოპირისპირეა, ყუნწიანი, უკუკვერცხისებური და ხერხებილა. ყვავილები ვარდისფერ-წითელია, გრძელმილიანი და ორტუჩა. ისინი შეკრებილია ფოთლის ილღებში მეჩხერ ფარ ყვავილედებად. ნაყოფი ოთხთესლიანი კაკლუქაა. ყვავილობს ივლის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში სუბალპებამდე. იზრდება ტყეთა ხეობებში, მდელოებზე, ტყისპირებზე, ბუჩქნარებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბალახი შეიცავს 2-3% ეთეროვან ზეთებს, საპონინებს, ნახშირწყლებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში მთის პიტნის ნაყენი გამოიყენება, როგორც ნაღველმდენი და სპაზმოლიტიკური საშუალება.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 ს/კ გამომშრალ და დაქუცმაცებულ ბალახს ასხამენ 1 ჩ/ჰ მდუღარე წყალს, აჩერებენ 4 საათს, წურავენ და ღებულობენ ყავის ქიქით 3-ჯერ დღეში.

მთის ჩადუნა
Dryopteris filix-mas (L.) Schott
Щитовник мужской



დახასიათება. 50-70 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ბალახოვანი გვიმრაა კილამურასებრთა (Polypodiaceae.) ოჯახიდან. ახასიათებს ყავისფერი, მსხვილი ფესურა, საიდანაც ვითარდება ლანცეტისებური, მუქი მწვანე ორმაგფრთართული ფოთლები ხერხვბილა ფოთოლაკებით. ზაფხულის მეორე ნახევარში ფოთლის ქვედა მხარეს ვითარდება

ყავისფერი მექეჩები, რომლებშიც სპორები მწიფდება.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან ფოთლოვანი და წიწვოვანი ტყეების ზედა საზღვრამდე. გავრცელებულია დაჩრდილულ ხეობებში, ტყეებში, მდინარეთა ნაპირებთან, ტენიან ადგილებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე, სექტემბერ-ოქტომბერში ან ვეგეტაციის დასაწყისში (აპრილ-მაისში). ფესურებს წმენდენ მიწისაგან, აჭრიან ფოთლებს, ასუფთავებენ ფესვებისაგან და ფოთლების ყუნწებისაგან, ამრობენ ჰაერზე, კარგად განიავებულ შენობებში ან საშრობებში 40°-ზე. ნედლეულისაგან პრეპარატები უნდა დამზადდეს არა უმეტეს 2-3 თვის განმავლობაში, შემდეგ იგი კარგავს აქტიურობას.

ქიმიური შემცველობა. ფესურა შეიცავს ფლოროგლუცინის ნაწარმებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, სახამებელს, საქაროზას, ცხიმოვან ზეთებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მთის ჩადუნას ახალშეგროვილი და გამომშრალი ფესურებისაგან მზადდება სქელი ექსტრაქტი, რომელიც გამოიყენება ნაწლავის ბრტყელი ჭიების საწინააღმდეგოდ. ეს უძველესი საშუალება ცნობილი იყო ძველი ბერძენი ექიმებისათვის.

გარდა აღნიშნული სახეობისა, სამედიცინო პრაქტიკაში შეიძლება გამოყენებული იქნას აჭარაში ფართოდ გავრცელებული სხვა სახეობებიც: *D. oreados* Fom., *D. spinulosa* O.Kunt., *D. austriaca* Woy.

გვიმრის პრეპარატები მომწამლაია, რის გამოც ოჯახურ პირობებში მისი გამოყენება ექიმის კონსულტაციის გარეშე დაუშვებელია.

მთრთოლავი ვერხვი

Populus tremula L.

Оси́на обыкнове́нная

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 4-15 მ სიმაღლის სწორმდგომი ხეა ტირიფისებრთა (*Salicaceae*) ოჯახიდან, მომწვანო-მონაცრისფერო ქერქით და წებოვანი კვირტებით. ფოთლები კვერცხისებურ-სამკუთხაა, წვეტიანი, კიდედაკბილული, ნორჩობისას ნაცრისფერი ბუსუსებით დაფარული. ქერქლოვანი, უყვავილსაფრო, შებუსული ყვავილები საგველა ყვავილედებადაა შეკრებილი. ნაყოფი კოლოფია, მრავალრიცხოვანი, ბუსუსებით დაფარული თესლებით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის ქვედა სარტყლიდან სუბალპებამდე ტყისპირებზე და გაჩეხილ ტყეებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ღეროს ქერქი და კვირტები, რომლებსაც აგროვებენ გაზაფხულზე, აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ქერქი და კვირტები შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, მწარე გლიკოზიდებს, პოპულინს და სალიცილინს, კაროტინს, C ვიტამინს და სხვას.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ქერქისა და კვირტების ნაყენი წყალზე გამოიყენება კუჭის ამლილობის, ხველების, ციებ-ცხელების დროს. ნაყენი მზადდება შეფარდებით 1:10.

მინდვრის ია *Viola arvensis* Murr. Фиалка полевая



დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 10-30 სმ სიმაღლის ერთი ან ორწლიანი ბალახოვანი მცენარეა იისებრთა (Violaceae) ოჯახიდან. ღერო ძირიდან დატოტვილია. ფოთლები მოკლეყუნწიანია, მორიგეობით განლაგებული, ფორმით – მომრგვალო-გულისებური. ყვავილები დეზიანია, 1,5 სმ დიამეტრის, გრძელყუნწიანი, იისფერი.

ნაყოფი კოლოფია მრავალი თესლით. ყვავილობს აპრილიდან შემოდგომამდე. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ნოემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთელი ტყის ზონაში სუბალპებამდე, ბუჩქნარებში, გზისპირებზე, ბაღებში, პლანტაციებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მცენარის მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში ან საშრობში 50-60°C-ზე. ნედლ ბალახს აქვს მოტკბო გემო.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა . ბალახი შეიცავს ფლავონოიდ რუტინს, ეთერზეთებს, კაროტინოიდებს, ასკორბინის მჟავას, საპონინებს, ლორწოვან ნივთიერებებს, პოლისაქარიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა . აჭარაში ხალხურ მედიცინაში ბალახის ნაყენი და ნახარში გამოიყენება ამოსახველებელ საშუალებად ბრონქიტისა და ბრონქული ასთმის დროს.

ნაყენს ამზადებენ შემდეგი წესით: 1 ს/კ გამომშრალ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/კიკა მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 საათის განმავლობაში. იღებენ 1 ს/კ -ით 3-4-ჯერ დღეში.

მინდვრის ნემსა

Galium verum L.

Подмаренник настоящий

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა . 1 მ-მდე სიმაღლის ფესურიანი, სწორმდგომი ბალახოვანი მცენარეა ენდროსებრთა (Rubiaceae) ოჯახიდან. ოთხწახნაგოვან ღეროზე რგოლურად განლაგებული ვიწრო, ქვემოდან ნაცრისფრად შებუსუსული, ხაზურა ფოთლებით. თითოეულ რგოლში 8-10 ფოთოლია. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია მოგრძო საგველებად. ნაყოფი ორბუდიანი კოლოფია. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა . გვხვდება 1800 მ-მდე ზღვის დონიდან. იზრდება მუხნარდნამვნარი ტყეების ნაპირებზე. გავრცელების ადგილებია: გოდერძის უღელტეხილი, ლოდიძირი, ღრმანი.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის პერიოდში და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. მიწისზედა მასა შეიცავს გლიკოზიდ ასფერულოზიდს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფლავონოიდებს, ორგანულ მჟავებს, C ვიტამინს.

გამოყენება. ნედლი ბალახისაგან გამოწურული წვენი გამოიყენება კანზე გამონაყარების, კანის კიბოს, ქრილობების სამკურნალოდ., ხოლო გამომშრალი ბალახისაგან დამზადებული ნაყენი დოზით 2 ს/კ ნედლეული 1 ჩ/კ წყალზე გამოიყენება, როგორც გამსხნელი და შარდმდენი საშუალება.

მოპიტნაო

Clinopodium umbrosum (Bieb.) C. Koch

Душевник обыкновенный



დახასიათება. 20-60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. დატოტვილ ღეროზე განლაგებულია კვერცხისებური, ხერხებილა, შებუსული ფოთლები. ყვავილები მოწითალო-ვარდისფერია, ღეროს წვერში თავთავებად შეკრებილი.

ნაყოფი ოთხად გაყოფილი კაკულუქაა. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელება. გავრცელებულია მთის შუა სარტყლამდე. იზრდება ტყეებში, გზების გასწვრივ, კლდეებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. მიწისზედა მასა შეიცავს 0,3-0,8% ეთეროვან ზეთებს.

გამოყენება. ხალხურ მედიცინაში მიწისზედა მასის ნაყენი შეფარდებით 1:10 გამოიყენება ჩაის სახით წნევის დამწვევად და დასამშვიდებლად.

მუზარადა

Scutellaria galericulata L.

Шлемник обыкновенный

დახასიათება. მრავალწლიანი, 20-50 სმ სიმაღლის, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. ფოთლები მოგრძო ლანცეტაა, 5-6 სმ სიგრძისა და 0,5-2 სმ სიგანის. ყვავილები მოლურჯოდისფერია, ორტუჩა. ისინი თითო-თითოდ სხედან ზედა ფოთლების უბეებში. ნაყოფი იშლება ოთხ წვრილ კაკლუქად. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.



გავრცელება. გავრცელებულია მთის ზედა სარტყლიდან სუბალპებამდე. იზრდება ნესტიან ადგილებში, ტორფიანებზე, დიდაქარის იალაღებში, დანისპარაულში, რიყეთში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომიდან გაზაფხულამდე. რეცხავენ და აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურები შეიცავს ფლავონოიდებს, გლიკოზიდებს, სტეროიდულ საპონინებს, ეთერზეთებს, ფისებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მუზარადას ფესვების გამონაწვლილს იყენებენ აგზნებული ნერვული სისტემის დასამშვიდებლად, ასევე თავის ტკივილისა და უძილობის დროს. დამამშვიდებელი თვისებებით მცენარე ბევრად აღემატება კატაბალასას. მცენარისგან ამზადებენ ნაყენს შემდეგი დოზით: 2 ს/კ გამომშრალ ფესვებს ასხამენ 1 ჩ/ჰ მდულარე წყალს, აჩერებენ 8 სთ-ის განმავლობაში და ღებულობენ ყავის ჭიქით დღეში 3-ჯერ ჭამის შემდეგ.

ოჯახურ პირობებში ამზადებენ ნაყენს შემდეგი წესით: 15 ფოთოლს ასხამენ 1 ჩ/ჭიქა მდულარე წყალს ან 6-8 ფოთოლს ხარშავენ 1 ჩ/ჭიქა წყალში - 5 წუთის განმავლობაში. იღებენ თითო სუფრის კოვზს 3-ჯერ დღეში.

მრგვალფოთოლა მრავალძარღვა

Plantago major L.

Подорожник



დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 50 სმ-მდე სიმაღლის ორწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მრავალძარღვასებრთა (Plantaginaceae) ოჯახიდან. ყველა ფოთოლი ფესვთანურია, ფართო კვერცხისებური, გრძელყუნწიანი. რუხი ფერის ყვავილები შეკრებილია მჭიდრო, გრძელ თავთავისებურ ყვავილედად. ნაყოფი კოლოფია წვრილი თესლებით. ყვავილობს მაისიდან აგვისტომდე. ნაყოფები

მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გავრცელებულია მდელოებზე, მინდვრებში, გზისპირებზე, ბაღებში, დანაგვიანებულ ადგილებში, საცხოვრებელ სახლებთან ახლოს, ტყეებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში. რეცხავენ წყლით, ფენენ თხლად და აშრობენ მზის პირდაპირი სხივებისაგან დაცულ ადგილას ან საშრობში 50-60° C-ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს ფლავონოიდ პლანტაგინინსა და ჰომოპლანტაგინინს, გლიკოზიდ აუკუბინს, მწარე და მთრიმლავ ნივთიერებებს, კაროტინოიდებს, 20,7- 42,2 მგ/% ასკორბინის მჟავას, ორგანულ მჟავებს, მინერალურ მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში მრავალმარღვას ფოთლებისაგან დამზადებულ თხიერ ექსტრაქტ პლანტაგლუციდს იყენებენ ქრონიკული გასტრიტის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულისა და დაბალი მჟავიანობის სამკურნალოდ, ხოლო ფოთლების ნაყენს – ნახველის ამოსაღებ საშუალებად ბრონქიტის, ყვიანახველას, ასთმისა და სასუნთქი ორგანოების სხვა დაავადებების დროს.

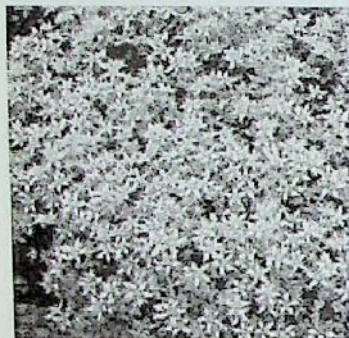
ნაყენს ამზადებენ შემდეგი წესით: 1 ს/კ მშრალ ფოთლებს ასხამენ 1 ლ/კ მდულარე წყალს, აჩერებენ 15 წთ-ით, წურავენ და ღებულობენ თითო ს/კ 3-4-ჯერ დღეში.

აჭარაში ხალხურ მედიცინაში ფოთლებით მკურნალობენ წყლულებს, მუწუკებს და ძირმაგარებს.

მწვავე ფუნთუშა

Sedum acre L.

Очиток едкий



დახასიათება. 5-15 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, დატოტვილ-ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა სქელფოთოლასებრთა (Crassulaceae) ოჯახიდან. ფოთლები ხორცოვანია, კვერცხისებური, შიშველია, მორიგეობით განლაგებული. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია კენწრულ 3-5 წვერიან ფარისებურ ყვავილედეზად. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტოში.

გავრცელება. იზრდება ქვიან ადგილებში, გზისნაპირებზე, კლდეებზე, მშრალ ხირხატიადაგიან ფერდობებზე. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპების ჩათვლით.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს ორგანულ მჟავებს, შაქარ სედაჰეპტოზას, ფლავონებს და ალკალოიდ სედამონს.

გამოყენება. ხალხურ მედიცინაში გარეგანი დანიშნულებით გამოიყენება დამწვრობისა და წყლულების სამკურნალოდ. კერძოდ, ნედლ, დანაყილ ფუნთუშას კანის კიბოს წყლულოვან კერებზე იდებენ, რითაც ეს კერები სუფთავდება. საქონლის ქონში არეული მისი წვენი კარგი საშუალებაა თავის კანზე არსებული გამონაყარების, ჩირქოვანი მუწუკების მოსარჩენად. ეპილეფსიის სამკურნალოდ ფხვნილად ქცეულ გამხმარ ფოთლებს ხმარობენ შაქართან შერევით დღეში 2-ჯერ (დილით და საღამოთი), თითო მიღებაზე 15 გ ოდენობით.

ცნობილ ბერძენ ფილოსოფოს ჰიპოკრატეს ეს მცენარე სიმსივნეების განსაკურნებელ საშუალებად მიაჩნდა.

მწყემსის ჩანთა, წიწმატურა
Capsella bursa-pastoris (L.) Medik.
Пастушья сумка

დახასიათება. 40 სმ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ჯვაროსანთა (Cruciferae) ოჯახიდან. ღერო დაუტოტავია. ყუნწიანი ფოთლები მოგრძო ლანცეტაა, დანაკვეთული, 9 სმ-მდე სიგრძის, ფესვის ყელთან როზეტად შეკრებილი. ღეროზე კი ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული, ისინი წაგრძელებული ან ლანცეტაა, კიდემთლიანი, უფრო მცირე ზომისანი – მჯდომარე, ისრისებური ფუძეებით. წვრილი თეთრი ყვავილები შეკრებილია მოგრძო, მრავალყვავილიან მტევნად. ნაყოფი სამკუთხა ქოტაკებია, მოყვითალო-მოყავისფრო თესლებით. ყვავილობს აპრილიდან სექტემბრამდე. ნაყოფები მწიფდება მაის-ოქტომბერში.



გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება დასახლებულ პუნქტებთან, გზების გაყოლებით, მინდვრებში, ბოსტნებში, ბაღებში, ვენახებში, ნასვენ მიწებზე და სხვაგან. სარეველაა.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ფენენ თხლად და ამრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს გლიკოზიდებს, საპონინებს, ალკალოიდ ბურსინს, ქოლინებს, აცეტილქოლინებს, ღვინის, ვაშლისა და ლიმონმჟავას, მთირმლავ ნივთიერებებს, ეთერზეთებს, C ვიტამინს (200 მგ/%), კაროტინებს, მინერალურ მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში წიწმატურას ბალახს თხიერი ექსტრაქტის ან ნაყენის სახით ძველთაგანვე იყენებდნენ გასტრიტის, კუჭის წყლულოვანი დაავადების, ბუასილის, შარდის ბუშტის ანთების, ქალური დაავადებების დროს, როგორც სისხლდენის შემაჩერებელ საშუალებას.

ნაყენის მოსამზადებლად 10 გ ბალახს ასხამენ 1 ჩ/ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 4 სთ-ით, წურავენ და ღებულობენ თითო სუფრის კოვზით 3-5-ჯერ დღეში.

ეფექტურია წიწმატურას ნაყენი ფილტვების ტუბერკულოზით დაავადების მკურნალობისას, რისთვისაც იყენებენ განზავებული ბალახის წვენს შეფარდებით 1 : 1 და იღებენ თითო სუფრის კოვზს 3-ჯერ დღეში.

მხოხავი ქანგა *Agropyrum repens (L.) Pal.* Пырей ползучий



დახასიათება. 60 - 100 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა მარცვლოვანთა (Poaceae) ოჯახიდან. სწორმდგომ ღეროზე განლაგებულია ხალთიანი, ხაზური, პარალელურმარდიანი ფოთლები. უყვავილსაფრო ყვავილები შეკრებილია რთულ თავთავებად. ნაყოფი მარცვალაა. ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა სილნარ-ქვიშნარ ადგილებში, სხვადასხვა ტენიანობის ბალახოვან ცენოზებში. სარეველაა.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, რომელსაც აგროვებენ შემოდგომაზე, სექტემბერ-ოქტომბერში, კრიან პატარა ნაწილებად და აშრობენ ჰაერზე.

ქიმიური შემცველობა. ფესურები შეიცავს ნახშირწყლებს – აგროპირენს, ტრიტიცინს, გლუკოვანილინს, ცილოვან ნივთიერებებს, ცხიმებს, კაროტინს და ვიტამინ C-ს.

გამოყენება. ფესურების პრეპარატები მედიცინაში გამოიყენება, როგორც სუსტი გამსხნელი და შარდმდენი საშუალება. მზადდება ნაყენი და ნახარში, რისთვისაც 1 ს/კ გამოშრალ და დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/კ მდუღარე წყალს, ადუღებენ ნელ ცეცხლზე 3 წთ-ის განმავლობაში, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ სუფრის კოვზით 3-ჯერ დღეში.

ნიახური *Apium graveolens L.* Сельдерей

დახასიათება. 30-60 სმ სიმაღლის, ორწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (Apiaceae) ოჯახიდან. სიცოცხლის პირველ წელს უვითარდება თეთრი, ხორცოვანი, კონუსური ფესვი და ფესვის ყელთან – როზეტად შეკრებილი, დანაკვეთული ფოთლები. მეორე წელს – სწორმდგომი, დატოტვილი საყვავილე ღერო, რომელიც ბოლოვდება წვრილი, თეთრი ყვავილებისაგან შემდგარი ქოლგა ყვავილედით. ნაყოფი მორუხო-მოყავისფრო, ტყუპი თესლურაა.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული საბოსტნე მცენარეა, ველურად გვხვდება ხმელთაშუა ზღვის ქვეყნებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესვები და ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში, აქვნობენ ჰაერზე და ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესვები შეიცავს 3% შაქრებს, 0,1% ეთერზეთებს, ლორწოს, კალიუმის, კალციუმის, ფოსფორის და ნატრიუმის მარილებს, მჟაუნმჟავას, C, B, PP ვიტამინებს, გლიკოზიდებს. ფოთლები შეიცავს ვიტამინებს, გლიკოზიდებს, ეთერზეთებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში ნიახურის პრეპარატებს იყენებენ შარდმდენ საშუალებად. ფარმაცევტული მრეწველობაში ნედლი ბალახის წვენისაგან ამზადებენ შარდმდენ თხიერ ექსტრაქტს „სუკაპიგრავეროლ“-ს.

აჭარის ხალხურ მედიცინაში ნიახურის ფოთლების ნახარშს იყენებენ თირკმლის კენჭოვანი დაავადების, სისხლძარღვების შევიწროვების, ბუასილის, ჯირკლების გადიდების, სახსრების ტკივილის დროს. ამავე მიზნით გამოიყენება ფესვებისაგან გამოწურული წვენი ან ნაყენი. წვენის მისაღებად ფესვებს ხეხავენ ან ატარებენ ხორცსაკვებ მანქანაში, წურავენ და მიღებულ წვენს ღებულობენ 1 ს/კ 3-ჯერ დღეში ჭამამდე 30 წთ-ით ადრე.

ნაყენს ამზადებენ შემდეგი წესით: 2 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ფესვებს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა ცივ წყალს, აჩერებენ 2 სთ-ს, წურავენ და ღებულობენ 3-ჯერ დღეში ჭამამდე 10 წთ-ით ადრე.

ნიგვზისძირა (მარიამხელა)

Geum urbanum L.

Гравилат городской

დახასიათება. 30-60 სმ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. შებუსუსული ღერო ზედა ნაწილში დატოტვილია. ფესვთა-ნური ფოთლები ყუნწიანია, ღეროსეული ფოთლები მჯდომარეა და მორიგეობითაა განალაგებული. ღია ყვითელი ყვავილები მარტოულია, გრძელყუნწიანი. ნაყოფი კაკლუქაა, მრავალი თესლით. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-სექტემბერში.



გავრცელება. იზრდება ზღვის სანაპირო ზოლიდან 1300-1600 მ სიმაღლემდე. გვხვდება ტყეებში, ბუჩქნარებში, ბალახოვან ფერდობებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ყველა ნაწილი. ბალახს აგროვებენ ყვავილობის დასაწყისში მაის-ივნისში, აშრობენ ჩრდილში. ფესურას ფესვებთან ერთად აგროვებენ გვიან შემოდგომაზე, რეცხავენ და აშრობენ მზეზე.

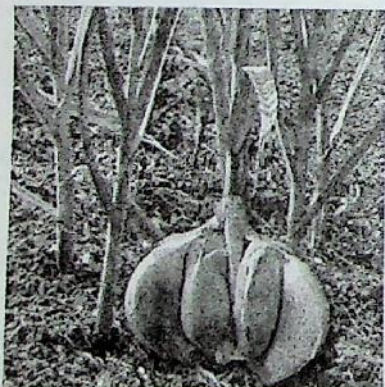
ქიმიური შემცველობა. ნედლეული შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფისებს, ეთერზეთებს, მწარე ნივთიერებებს, ციტამინს, პროვიტამინს.

გამოყენება. აპარის ხალხურ მედიცინაში ნიგვზისძირას წყლიან გამონაწურს იყენებენ, როგორც შემკვრელ საშუალებას კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის სხვადასხვა ანთებითი დაავადების, განსაკუთრებით – ფაღარათის დროს. იყენებენ, ასევე, ღვიძლისა და თირკმლების დაავადების სამკურნალოდ. ნახარში გამოიყენება სავლებად ღრძილებისა და პირის ღრუს ანთების დროს.

ნაყენის მომზადება: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ბალახს ან ფესვებს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 5 სთ-ის განმავლობაში და ღებულობენ ჩ. ჭიქის 1/3 – 1/4 დღეში 3–4-ჯერ. ნახარშის მოსამზადებლად იღებენ 1-2 სუფრის კოვზ ფხვნილს, ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, ადუღებენ 15-20 წუთის განმავლობაში წყლის აბაზანაზე, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ 1-2 სუფრის კოვზს 3-4-ჯერ დღეში.

ხალხურ მედიცინაში ნიგვზისძირას ღვინოში შეზავებულ ფესვების ნაყენს ალევინებენ ნაავადმყოფარ და დასუსტებულ ადამიანებს მოსაღონიერებლად. ხულოს რაიონში ნიგვზისძირას „მარიამხელას“ ეძახიან და იყენებენ აბაზანებისათვის რაქიტანის ბავშვების სამკურნალოდ. ამავე მიზნით გამოიყენება ფართოფოთოლა ნიგვზისძირაც – *Geum latilobum. somm.et Lev.*

ნიორი *Allium sativum L.* Чеснок



დახასიათება. 1 მეტრამდე სიმაღლის, მრავალწლიანი, ბოლქვიანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანასებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. ფოთლები ხაზურაა, ხალთიანი, მორიგეობით განლაგებული. ცილინდრული ღეროს წვერში ვითარდება თეთრი ყვავილებისაგან შემდგარი ქოლგა ყვავილედი. ნაყოფი თესლურაა. ყვავილობს აგვისტო-სექტემბერში. ნაყოფები

შწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელება. კულტივირებული, საბოსტნე მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ბოლქვები, რომლებსაც აგროვებენ ზრდასრული ზომის მიღწევის შემდეგ იენისიდან აგვისტომდე.

ქიმიური შემცველობა. ნივრის დამახასიათებელი მწარე გემო და თავისებური მძაფრი სუნი განპირობებულია ეთერზეთებით. გარდა ამისა, იგი შეიცავს აზოტურ შენაერთებს, ფიტოსტერინებს, გლიკოზიდ ალინს, ვიტამინ C-ს, იოდს, ფიტონციდებს.

გამოყენება. ოფიციალურ მედიცინაში ნივრის ბოლქვებისაგან მზადდება პრეპარატები „ალილსატი“ და „სატოვინი“, რომლებიც გამოიყენება ჭიების დამდენად. ნიორი აფართოვებს სისხლძარღვებს, ამცირებს სისხლის წნევას, ახასიათებს ბაქტერიციდული, ფერმენტების გამომყოფი, მადის აღმძვრელი, სიმსივნის საწინააღმდეგო, გაზების გამომყოფი მოქმედება. მკურნალობის ეფექტი იზრდება რძის თანაობისას. დადგენილია, რომ ნივრის ზემოქმედების შედეგად მცირდება კიბოს უჯრედების ზრდის ენერგია.

აჭარის ხალხურ მედიცინაში ნიორს აქვს მრავალმხრივი გამოყენება. იყენებენ ჭიების დამდენად, რისთვისაც კვირაში ორჯერ უზმოზე ღებულობენ თითო კბილ ნიორს; გრიპის დროს 2 დღის განმავლობაში ღებულობენ 2-4 წვრილად დაქუცმაცებულ ნივრის კბილს. გაცივების, ბრონქიტის, ბრონქული ასთმის და ყივანახველას დროს გულმკერდს იზელენ ნივრის ფაფით, რომელშიც შერეულია კარაქი ან ღორის ქონი. თმის ცვენის საწინააღმდეგოდ ნივრის წვეს იზელენ თმის ძირებსა და კანში. კარაქში შემწვარი ნივრის ფაფა ან რძეში მოხარშული ნიორი აჩქარებს ჩირქგროვების მომწიფებას და ამსუბუქებს ტკივილს. ნივრის არყიანი ნაყენი გამოიყენება თირკმლებისა და შარდის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების, რევმატიზმისა და ნივრისის ქარის სამკურნალოდ. ნაყენის მოსამზადებლად 40 გრამ დაქუცმაცებულ ნიორს ასხამენ 100 გრამ არაყს, აჩერებენ 2 დღე-ღამეს და ღებულობენ 10-10 წვეთს 2-3-ჯერ დღეში ჭამამდე 20-30 წუთით ადრე.

ოთხფურცელა მარწყვაბალახი
Potentilla erecta (L.) Reusch.
 Лапчатка прямостоячая



დახასიათებია. 10-45 სმ სიმაღლის სწორმდგომი, მრავალწლიანი, ბალახოვანი მცენარეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ნიადაგში უვითარდება მოკლე, მსხვილი, მოწითალო, გამერქნებული ფესურა. ფესვთანური ფოთლები გრძელყუნწიანია, 2-3 სმ სიგრძისა და 1 სმ სიგანის. ღეროზე

განლაგებული ფოთლები მჯდომარეა. მარტოული, გრძელყუნწიანი, ყვითელი ყვავილები განლაგებულია ფოთლების უბეებში. ნაყოფი კაკლუქაა, მრავალი თესლით.

გავრცელებია. გვხვდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. იზრდება ტორფიან ჭაობებში და ნესტიან მდელოებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, რომლებსაც ამზადებენ შემოდგომით, როცა მიწისზედა ნაწილები კვდება ან ადრე გაზაფხულზე, ვეგეტაციის დაწყებამდე. თხრიან ნიჩბებით, წმენდნენ ფესვების, ღეროებისა და ფოთლებისაგან, რეცხავენ ცივი წყლით და აშრობენ ღია ცის ქვეშ, შენობებში ან საშრობებში.

ქიმიური შემცველობა. ფესურები შეიცავს 20-30% მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფლავონოიდებს, ორგანულ მჟავებს, ფისებს, ეთერზეთებს, საღებავ ნივთიერებებს.

გამოყენება. ფესურა ხასიათდება შემკვრელი და სისხლდენის შემაჩერებელი თვისებით. ოფიციალურ მედიცინაში მისი ნახარში გამოიყენება შემკვრელ საშუალებად კუჭ-ნაწლავის

ტრაქტის ანთებითი დაავადებების და სხვადასხვა შინაგანი სისხლდენის დროს.

ნახარშს ამზადებენ შემდეგი წესით: 1 სუფრის კოვზ უხეშად დაქუცმაცებულ ფესურას და 1 ჩაის ჭიქა წყალს ადუღებენ 15-20 წუთის განმავლობაში წყლის აბაზანაზე, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ თითო სუფრის კოვზით დღეში 3-5-ჯერ ჭამამდე 30 წთ-ით ადრე.

იყენებენ ასევე ანგინის, ღრძილების და პირის ღრუს ლორწოვანი გარსის ანთების, წყლულების, დამწვრობის, მოყინულობის სამკურნალოდ. ტუჩებზე და ხელებზე ნახეთქებისათვის იყენებენ მალამოს, რომელსაც ამზადებენ 200 გ კარაქში მოხარშული 5 გ ფესვების ფხვნილისაგან.

ოლენდრე *Nerium oleander L.* Олеандр

დახასიათება. 3-4 მ სიმაღლის მარადმწვანე ბუჩქია კურტისებრთა (Apocinaceae) ოჯახიდან. ღეროსა და ტოტების ქერქი ღია ყავისფერია, ფოთლები მარტივია, ლანცეტა, კიდე მთლიანი. ყვავილები ვარდისფერია ან თეთრი, ფარისებურ ყვავილედებად შეკრებილი. ნაყოფი კოლოფია. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში. დეკორატიულია.



გავრცელება. კულტივირებული დეკორატიული მცენარეა ხმელთაშუაზღვისპირა ქვეყნებიდან.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ შეგროვებისთანავე მზისგან დაცულ ადგილას. მცენარე ტოქსიკურია, ფოთლების შეგროვებისთანავე საჭიროა ხელების დაბანა.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია ნერიინი და ოლეანდრინი.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფოთლებისაგან მიღებული საგულე გლიკოზიდები მოქმედებენ სათითურას გლიკოზიდების მსგავსად და გამოიყენებიან გულის არითმიის და სისხლის მიმოქცევის დარღვევის დროს.

ომბალო

Mentha pulegium L.

Мята блошная



დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 20-50 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, დამახასიათებელი სუნის მქონე ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. ღეროები დატოტვილია, შებუსუსული. ფოთლები კვერცხისებურია, 8-25 მმ სიგრძის, 4-12 მმ სიგანის, მოკლე ბუსუსებით დაფარული. ყვავილები იასამნისფერ-ვარდისფერია, განლაგებული – ფოთლის იღლიებში ღეროს მთელ სიგრძეზე. ნაყოფი ოთხად გაყოფილი კაკლუქაა. ყვავილობს მაის-აგვისტოში, ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში. გამოიყენება კულინარიაში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ყველგან, მდინარეებისა და არხების ნაპირებთან, მინდვრებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მიწისზედა მასა შეიცავს ეთეროვან ზეთებს.

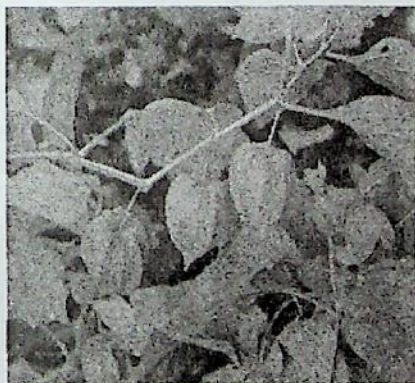
გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ხალხურ მედიცინაში ომბალოს მიწისზედა მასის ნაყენი შეფარდებით 1:10 გამოიყენება მადის აღმძვრელად და კუჭის აშლილობის წინააღმდეგ.

ონტკოფა

Physalis alkekengi L.

Физалис обыкновенный

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 30–60 სმ სიმაღლის სწორმდგომი, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ძალღერძნასებრთა (Solana-ceae) ოჯახიდან. 4–8 სმ სიგრძის ყუნწიანი, რომბულ-კვერცხისებური ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. თეთრი, მარტოული ყვავილები ვითარდება ფოთლის ილღიებში. ნაყოფი ნარინჯისფერ-წითელი კენკრაა. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში. აჭარაში მცენარეს სატკაჭუნას ეძახიან.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა . გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში. იზრდება ტყისპირებზე, გზებისა და საცხოვრებელი სახლების გასწვრივ.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები და ფოთლები. ფოთლებს აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში, ნაყოფებს – სრული სიმწიფის დროს. ნაყოფებთან ერთად არ უნდა შეგროვდეს გაბერილი ჯამის ფოთოლაკები, რადგან ისინი შხამიანია. ნედლეულს ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა . ნაყოფები და ფოთლები შეიცავს შაქრებს, ორგანულ მჟავებს, ასკორბინის მჟავას, კაროტინს, ალკალოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა . აქარის ხალხურ მედიცინაში მცენარის ნედლი ფოთლების წვენს იყენებენ ქიების დამდენ საშუალებად, ნაყოფები გამოიყენება შარდმდენ საშუალებად თირკმლებისა და შარდის ბუშტის კენჭოვანი დაავადებების, ასევე, ნიკრისის ქარის და სახსრების რევმატიზმის სამკურნალოდ.

ორკბილა

Bidens tripartita L.

Черда трёхраздельная



დახასიათება. 1 მ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. 15 სმ სიგრძის სამწკაკეთიანი ფოთლები ღეროზე განლაგებულია მოპირისპირედ. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია 1,5 სმ დიამეტრის კალათებად და

მოთავსებულია ღეროსა და ტოტების ბოლოებზე ცალკეულად ან ჯგუფურად. ყვავილედში ყველა ყვავილი მილისებურია. ნაყოფი თესლურაა ორი კბილით. ყვავილობს აგვისტო-სექტემბერში. ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე. გვხვდება დანაგვიანებულ, ტენიან ადგილებში, მდინარეებისა და ტბების ნესტიან ნაპირებზე, არხების პირას, წყალსაცავთა ნაპირებზე, ბაღებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ყვავილობამდე ან ყვავილობის პერიოდში შეგროვილი კენწრული ნაწილები, რომელსაც ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნორჩი ყლორტები შეიცავს 0,06% ეთერზეთებს, 7% მთრიმლავ ნივთიერებებს, პროვიტამინ A-ს (50-60მგ%), C ვიტამინს (750-950 მგ%), ლორწოსა და მწარეებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ნედლეულისაგან დამზადებულ ნაყენს და ნახარშს იყენებენ კანის სხვადასხვა დაავადების: საყმაწვილოს, კანზე ალერგიული გამონაყარის, ბავშვთა დიათეზის, ფურუნკულების დროს აბაზანებისათვის. ნახარშს ამზადებენ შემდეგი წესით: 2 სუფრის კოვზ მშრალ ნედლეულს ასხამენ 0,5 ლ წყალს და ადუღებენ 5 წუთს წყლის აბაზანაზე. ნახარშს აზავებენ წყალში და იკეთებენ აბაზანებს, აბაზანებენ ბავშვებს. სპირტიან ექსტრაქტს შინაგანად და სქელ ექსტრაქტს იყენებენ შესაზელად ფსორიაზის სამკურნალოდ.

ორკბილას ბალახის ნაყენს ხალხურ მედიცინაში იყენებენ შინაგანად მსუბუქ შარდმდენ, ოფლმდენ და დამამშვიდებელ საშუალებად, რისთვისაც 1 სუფრის კოვზ ბალახს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდუღარე წყალს, აჩერებენ 10 წუთს და ღებულობენ თითო სუფრის კოვზს 2-3-ჯერ დღეში.

ოროვანი
Arctium lappa L.
Лопух



დახასიათება. 1 – 1,5 მ სიმაღლის ორწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Astraceae) ოჯახიდან. სიცოცხლის პირველ წელს უვითარდება ხორცოვანი, დატოტვილი ფესვი და როზეტად შეკრებილი დიდი ზომის ფესვთანური ყუნწიანი ფოთლები, მეორე წელს – სწორმდგომი, ზედა ნაწილში დატოტვილი ღერო, რომელზეც განლაგებულია ხერხკბილა, ქვედა მხარეს რუხი ბუსუსებით დაფარული ფოთლები.

მოიხსრო წითელი ყვავილები შეკრებილია კალათებად, რომლებიც, თავის მხრივ, ქმნიან ფარ ყვავილედს. კალათში ყველა ყვავილი მილისებურია. ნაყოფი თესლურაა საფრენი აპარატით. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებზე და მთისწინებზე, გზების გასწვრივ. გავრცელების ადგილია ბოტანიკური ბაღი, მწვანე კონცხი.

სამკურნალო ნედლეულია ფესვები, რომელსაც ამზადებენ ადრე გაზაფხულზე ან გვიან შემოდგომაზე, რეცხავენ ცივ წყალში და აშრობენ ჰაერზე. ნედლეულის შენახვის ვადაა 2 წელი.

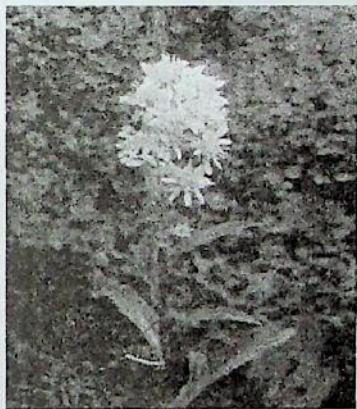
ქიმიური შემცველობა. ფესვები შეიცავს პოლისაქარიდ ინულინს, პროტეინებს, ცხიმებს, ეთეროვან ზეთებს, ორგანულ მჟავებს, მთრიმლავ და მწარე ნივთიერებებს.

გამოყენება. მედიცინაში ოროვანდის ფესვებისაგან მომზადებული ნაყენი ან ნახარში გამოიყენება შარდმდენ და თმების გასა-

მაგრებელ საშუალებად. ნაყენის მოსამზადებლად 1 ს/კ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/კ მდუღარე წყალს, აჩერებენ 5 სთ-ს, წურავენ და ღებულობენ სუფრის კოვზით 3-ჯერ დღეში.

ოქროწყვლა
Solidago virgaurea L.
Золотая розга

დახასიათება. 40-60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. სწორმდგომი, წვრილი ღერო ზედა ნაწილში დატოტვილია. ფესვთანური ფოთლები გრძელყუნწიანია, ღეროზე განლაგებული ფოთლები – მოკლეყუნწიანი, კენწრული ფოთლები – მჯდომარე. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია პატარა ზომის კალათებად, რომლებიც, თავის მხრივ, ქმნიან საგველა ყვავილედს. კალათში განაპირა ყვავილები ენისებურია, შუა – მილისებური. ნაყოფი თესლურაა, საფრენი აპარატით. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.



გავრცელება. გავრცელებულია მთელ ტყის სარტყელში სუბალპებამდე, იზრდება ტყისპირებში, ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია ღეროს კენწრული ნაწილი ფოთლებით და ყვავილებით, რომლებსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები და ყვავილები შეიცავს 0,5 – 0,7% ეთერზეთებს, საკონინებს, კატეხინურ ტანინებს, ფლავონებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ნედლეული გამოიყენება თირკმლების ანთების, თირკმლის კენჭოვანი დაავადების და შარდში ცილების დროს.

ნაყენის მომზადება: 3 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა ცივ წყალს და აჩერებენ 8 სთ-ს. ნაყენს ღებულობენ ყლუპებით 1 დღის განმავლობაში.

ოშოშა

Glechoma hederaceae L.

Будра плющевая



დახასიათება. 60 სმ-მდე სიგრძის მრავალწლიანი, ბალახოვანი, მცოცავდეროიანი მცენარეა ტუჩოსანთა (*Lamiaceae*) ოჯახიდან. ღერო მუხლებში ადვილად ფესვიანდება. მასზე მოპირისპირედ არის განლაგებული მომრგვალო, გრძელყუნწიანი ფოთლები. ფოთლების იდლიებში ჯგუფურად

ვითარდება ღია ცისფერ-იასამნისფერი ყვავილები. ნაყოფი ოთხად დანაწევრებული კაკალია. ყვავილობს აპრილ-აგვისტოში. ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. უხვად გვხვდება ზღვისპირა დაბლობებზე და მთისწინებზე, ბუჩქნარებში, ბაღებში, პლანტაციებში, ბალახოვან ფერდობებზე, ნასვენ მიწებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ბალახი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბალახი შეიცავს 8% ტანინს, მწარე ნივთიერებებს, ეთეროვან ზეთებს, ქოლინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ოშოშას პრეპარატები გამოიყენება ხველების წინააღმდეგ ბრონქიტის, ლარინგიტის, ფილტვების ანთების დროს. იყენებენ მადის აღმკვრელ საშუალებადაც. ბალახისგან მზადდება ნაყენი, რისთვისაც 1 ს/კ გამხმარ ბალახს ასხამენ 1 ჩ/კ მდულარე წყალს, აჩერებენ 6 საათს, წურავენ და იღებენ სუფრის კოვზით 3-ჯერ დღეში, ხოლო ნახარში გამოიყენება, როგორც გარეგანი საშუალება ფურუნკულებისა და ჩირქოვანი ქრილობების დასამუშავებლად. ნახარშის მოსამზადებლად 2-3 ჩ/კ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩაის ქიქა ცივ წყალს, ადუღებენ 15-20 წუთით, აცივებენ და წურავენ.

ობრაბუში (მაკიდო)
Petroselinum sativum Hoffm.
Петрушка огородная

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 1 მ-მდე სიმაღლის, ორწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (Apiaceae) ოჯახიდან. სიცოცხლის პირველ წელს ივითარებს თეთრ, ხორცოვან, კონუსურ ფესვს და ფესვის ყელთან როზეტად შეკრებილ, ორმაგ ფრთისებრ დანაკვეთულ, გრძელყუნწიან ფოთლებს, მეორე წელს – სწორ საყვავილე ღეროს, რომელიც ბოლოვდება წვრილი, თეთრი ყვავილებისაგან შეკრებილი ქოლგა ყვავილედით. ნაყოფი კვერცხისებური ტყუპი თესლურაა. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. მცენარის სამშობლოა ხმელთაშუა ზღვის აღმოსავლეთი ოლქები, სადაც გვხვდება ველურად. ჯერ კიდევ ჩვენს

ერამდე ბერძნები და რომაელები მაკიდოს იცნობდნენ, როგორც სამკურნალო და სუნელ-სანელებელ საშუალებას.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესვები, ფოთლები და თესლები. ფესვებს და ფოთლებს აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, თესლებს – სრული სიმწიფის პერიოდში. აჭნობენ ჰაერზე და აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესვები შეიცავს 0,1% ეთეროვან ზეთებს, რომლის მთავარი კომპონენტებია აპინინი და პინეოლი; ლორწოს, მიკროელემენტებს: კალიუმს, კალციუმს, რკინას, ფოსფორს. თესლები შეიცავს ეთერზეთებს, ცხიმოვან ზეთებს, C ვიტამინს და პროვიტამინ A-ს. ფოთლები შეიცავს ე.წ. ოხრახუმის ქაფურს ანუ აპიოლს, ტანინებს, ასკორბინის მჟავას, რთულ ეთერზეთებს, ფლავონოიდებს, მინერალურ მარილებს, მიკროელემენტებს, ვიტამინ K-ს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში ფესვების წყლიან ნაყენს და დაფქულ ნაყოფებს იყენებენ შარდმდენად თირკმლებისა და შარდის ბუშტის დაავადების, თირკმლის ქვალის, ნაწლავის სპაზმის და მეტეორიზმის დროს. თესლები ხასიათდება დიურეზული და სპაზმის საწინააღმდეგო მოქმედებით, აძლიერებს კუჭქვეშა ჯირკვლის სეკრეტორულ მოქმედებას, აუმჯობესებს საჭმლის გადამუშავების პროცესს.

ნაყენს ამზადებენ შემდეგი წესით: 2 სუფრის კოვზ გამოშრალ ან ნედლ ფესვებს ასხამენ 1 ჩ/ჰიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 8-10 სთ-ს. სვამენ სუფრის კოვზით 3-4-ჯერ დღეში ჭამამდე 30 წთ-ით ადრე. 1 ჩაის კოვზ დაფქულ თესლებს ასხამენ 0,5 ლ ცივ წყალს, აჩერებენ 8-10 სთ-ს, წურავენ და ღებულობენ 0,5 ჩ/ჰიქას 3-ჯერ დღეში. არ შეიძლება ოხრახუმის პრეპარატების მიღება ნეფრიტის დროს, რადგან ისინი ალიზიანებს თირკმლის პარენქიმას აჭარის ხალხურ მედიცინაში ფოთლებისაგან მიღებული წვენი გამოიყენება კანზე ლაქებისა და გამონაყარის მოსაშორებლად.

პასიფლორა
Passiflora incarnata L.
Пассифлора инкарнатный

დახასიათება. 9 მეტრამდე სიგრძის, მცოცავ-დეროიანი, მსხვილი, ხორცოვანფესურიანი, ბალახოვანი ლიანაა პასიფლორასებრთა (*Passifloraceae*) ოჯახიდან. დროზე განლაგებულია გრძელყუნწიანი, 3-ად ღრმად ამოკვეთილი, პრიალა, შიშველი ფოთლები. ყვავილები მარტოულია, იასამნისფერი, გრძელყუნწიანი და ორიგინალური. ნაყოფი მომწვანო-მოყვითალო, საჭმელად ვარგისი კენკრაა.



გავრცელება. ველურად იზრდება ბრაზილიაში, ჩრდილო ამერიკის ტროპიკულ ნაწილში და ბერმუდის კუნძულებზე. ინტროდუცირებულია ბევრ ქვეყანაში. აჭარაში შემოტანილია 1955 წლიდან ქობულეთის სამკურნალო მცენარეთა ზონალურ საკვლევ სადგურში, სადაც შეიქმნა მცენარის სამრეწველო პლანტაციები. მცენარე კარგად ეგუება აჭარის ზღვისპირა კლიმატს. ღია გრუნტში ყვავილობს მთელი ზაფხულის განმავლობაში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში და იძლევა თვითნათესს. დეკორატიულია.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს 0,05% ალკალოიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია გარმინი, გარმოლი. გარდა ალკალოიდებისა, შეიცავს ფლავონოიდებს, კუმარინებს, ქინონებს.

გამოყენება. სააფთიაქო წარმოება მცენარისაგან ამზადებს თხიერ ექსტრაქტს, პრეპარატ „ნოვოპასიტს“ სიროფისა და კავ-

სულეების სახით, რომლებსაც იყენებენ დამამშვიდებელ საშუალებად ნევრასთენიის, უძილობის, ქრონიკული ალკოჰოლიზმის და კლიმაქსური დარღვევების დროს.

ოჯახურ პირობებში ნაყენის მოსამზადებლად 50 გ გამომშრალ ნედლეულს ასხამენ 100 მლ წყალს და აჩერებენ 4 სთ-ის განმავლობაში. დებულობენ ყავის ქიქით 3-ჯერ დღეში. მკურნალობის კურსი 3 თვეა.

პირშუმბა

Armoracia lappathifolia Gilib

Хрен обыкновенный



დახასიათება. 80-100 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი მსხვილი, ხორცოვანფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ჯვაროსანთა (Cruciferae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, ხორკლიანი, დატოტვილი. ყუნწიანი, ფესვთანური ფოთლების სიგრძე 60 სმ-ია, ღეროსეული ფოთლები გაცილებით მცირე ზომისაა და მჯდომარე. თეთრი ყვავილები შეკრებილია მტევან ყვავილედებად. ნაყოფი

ქოტია. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელება. კულტივირებული საბოსტნე მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, რომლებსაც აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა. ფესურები შეიცავს გლიკოზიდ სინიგრინს, ორგანულ მჟავებს, C ვიტამინს, ფიტონციდებს, მიკროელემენტებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. აჭარის ხალხურ მედიცინაში იყენებენ ნედლი ფესურების წვენს, როგორც კანის გამაღიზიანებელ საშუალებას რადიკულიტის, იშიაზის, ნერვის ანთების დროს, რისთვისაც ნედლი ფესურებს ხეხავენ ან ატარებენ ხორცსაკვებ მანქანაში, ახვევენ დობზანდში და იღებენ მტკივნეულ ადგილზე, საჭიროა სიფრთხილის დაცვა. ძლიერი წვის შეგრძნებისთანავე ნედლეული უნდა მოცილდეს მტკივნეულ ადგილს.

პონტური შქერი
Phododendron ponticum L.
Рододендрон потинский

დახასიათებთ. 3 მეტრამდე სიმაღლის მარადმწვანე ბუჩქია მანანასებრთა (Ericaceae) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი მოყავისფროა, ტოტებისაკი - მწვანე. ფოთლები სქელია, ტყავისებური, კიდემთლიანი, ღეროზე განლაგებულია მორიგეობით. ყვავილები მოწითალო-იასამნისფერია, შეკრებილია ღეროსა და ტოტების წვერში ქოლგა ყვავილედებად. ნაყოფი კოლოფია. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობიდან სუბალპებამდე. იგი მარადმწვანე ქვეტყის შემქმნელი ერთ-ერთი სახეობაა. გვხვდება ტყეებში, მდინარეთა ტენიან ხეობებში, ტყის პირებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში და აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს.

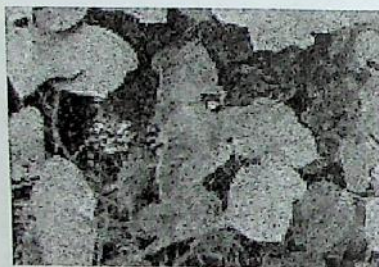
გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფოთლების ნაყენი აძლიერებს გულის მკუმშვის ძალას და ანელებს გულის რითმს, ამშვიდებს აგზნებულ ცენტრალურ ნერვულ სისტემას.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდუღარე წყალს, აჩერებენ 4 სთ. წურავენ და იღებენ თითო სუფრის კოვზს 3-ჯერ დღეში.

პუერარია

Pueraria hirsute (humb.) DC

Пуерария волосистая



დახასიათებ ა. 15-2 მ სიგრძის მერქნიანი ლიანა პარკოსანთა (Fabaceae) ოჯახიდან. ნიადაგში უვითარდება მსხვილი, ხორცოვანი ფესურა. დერო და ყლორტები დაფარულია მოყვითელოდ მოყავისფრო ბუსუსებით. ფოთლები სამყურაა, შებუსული, მორიგე

ბით განლაგებული. მუქი იასამნისფერი ყვავილები შეკრებილი მტევან ყვავილედებად. ნაყოფი ბუსუსებით დაფარული პარკო ყვავილობს ივლის-აგვისტოში. ნაყოფები ვითარდება მხოლოდ ცხელი ზაფხულის პირობებში (სექტემბერდოქტომბერში).

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. აღმოსავლეთ აზიიდან შემოსული ადვენტური მცენარეა. აჭარაში გავრცელებულია ზღვისპირა ზოლში იზრდება ფერდობებზე და მთისწინებზე, ხშირად ფარავს ადგილობრივ ველურ ხეებს და ბუჩქებს.

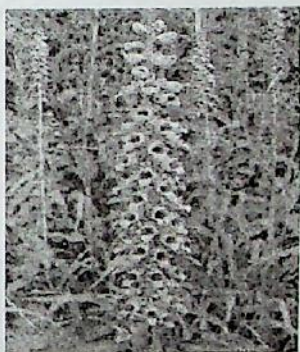
ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა როგორც მიწისზედა, ისე მიწისქვეშა მასა.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მიწისზედა და მიწის-ქვეშა მასა შეიცავს ფლავონოიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია რობინინი (ფესურებში – 1%, მიწისზედა მასაში – 0,2%).

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მცენარისაგან მიღებული ფლავონოიდი რობინინი გამოიყენება თირკმლის სხვადასხვა დაავადების, მათ შორის – პიელონეფრიტის დროს.

ქანგისფერი სათითურა *Digitalis ferruginea* L. Наперстянка ржавая

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 0,5-1,3 მ სიმაღლის მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა შავწამალასებრთა (*Scrophulariaceae*) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, ფოთლები ფესვთანური, მოგრძო ლანცეტა 10-25 სმ სიგრძის, ქვედა მხარეს შებუსული, ღეროსეული ფოთლები უფრო პატარაა და მჯდომარე. ღეროს მთელ სიგრძეზე განლაგებულია ქანგისფერი, გაბერილი, მუქძარღვიანი ყვავილები. ნაყოფი კვერცხისებური კოლოფია მრავალი თესლით. ყვავილობს ივნის-ივლისში, ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება ტყეებში, კლდეებზე, ბუჩქნარებში, გზების გასწვრივ, ნაკადულების ნაპირებთან. შხამიანია.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, რომელთა შეგროვება უნდა მოხდეს ყვავილობის ფაზაში, მზიან ამინდში, რადგან საგულე გლიკოზიდების დიდი რაოდენობით დაგროვება ხდება სინათლეზე. ნედლეულს აშრობენ სწრაფად, ალებსთანავე. ნელი

შრობისას საგულე გლიკოზიდები იშლება. გამოშრობა უნდა მოხდეს ჩრდილში, ორპირ ქარში ან საშრობში, 55-60°C-ზე.

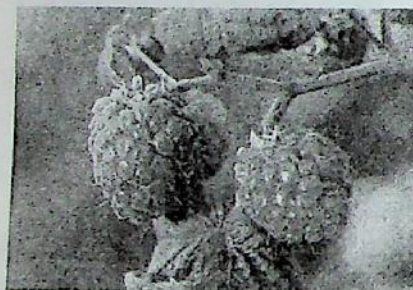
ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს, კერძოდ, კარდენოლიდდიგილანოლიდ A-ს და B-ს, ასევე სტეროიდულ გლიკოზიდებს, დიგიტანოლგლიკოზიდებს, ფლავონებს და სტეროიდულ საპონინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში გამოიყენება გულის არითმიის დროს. ნედლეულისაგან მზადდება პრეპარატები: „დიგალენ-ნეო“, წვეთებისა და ამპულების სახით, „სათითურინი“ – აბებში და დაკონსერვებული წვენი „სუკუდიფერიო. ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი, რისთვისაც 1 გ გამოშრალ და დაქუცმაცებულ ფოთლებს ასხამენ 1 ჩ/კ მდულარე წყალს და აჩერებენ 3 სთ-ს. აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ თითო ჩაის კოვზს 3-ჯერ დღეში.

ქოლო

Rubus idaeus L.

Малина



დახასიათება. 1,5 მ სიმაღლის ბუჩქია ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. მიწისზედა ყლორტები ორწლიანია. პირველ წელს ისინი მწვანეა, ბალახოვანი, პატარა ეკლებით დაფარული, უნაყოფო, მეორე წელს კი ტოტები ხევდება და იფარება მოყვითალო ქერქით.

ფოთლები რთულია, 3-7 ფოთოლაკიანი, კიდემთლიანი, კვერცხისებური. ყვავილები თეთრია, არომატული, შეკრებილია ილლიურ მტევნებად. ნაყოფი წითელი, რთული კურკიანაა, იგი ქუდივითაა ჩამოცმული ღრუბლისებურ, ამოზნექილ ყვავილსაჯდომზე.

ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში. შეიძლება ბუჩქზე შევნიშნოთ მწიფე, უმწიფარი, მწვანე ნაყოფები და ყვავილები.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გვხვდება მთის შუა სარტყლიდან სუბალპებამდე. იზრდება ტყისპირებში, გაჩეხილი ტყის ადგილას, ბუჩქნარებში მოცვთან, შქერთან და წყავთან ერთად.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, ყლორტები და ნაყოფები. ფოთლებსა და ყლორტებს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ნაყოფებს – სიმწიფის პერიოდში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნაყოფები შეიცავს: 11,5%-მდე შაქრებს (გლუკოზა, ფრუქტოზა, საქაროზა), ორგანულ მჟავებს (ლიმონის, ვაშლის, სალიცილის), მთრიმლავ ნივთიერებებს, პექტინებს, ანტოციანებს, ფლავონოიდებს, მინერალურ ნივთიერებებს და მიკროელემენტებს (რკინა, კალიუმი, კალციუმი, სპილენძი, მაგნიუმი, კობალტი, თუთია), ვიტამინებს – C, B₁, B₂, PP, ფოლის მჟავას. ჟოლოს ნაყოფები მდიდარია C ვიტამინით და რკინით (100 გ ნაყოფზე 2-3,6 მგ/%). თესლები შეიცავს ცხიმს და ბეტა--ფიტოსტერინს, რომელიც ხასიათდება სკლეროზის საწინააღმდეგო მოქმედებით. ფოთლები შეიცავს ფლავონოიდებს და ორგანულ მჟავებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ჟოლოს ნაყოფების ნაყენი ხასიათდება ოფლმდენი და სიცხის დამწევი მოქმედებით, რის გამოც მას იყენებენ გაცივების და გრიპის დროს, ამავე მიზნით გამოიყენება “ჟოლოს ჩაი”, რომელიც მზადდება ჟოლოს ყლორტებისაგან. ჟოლო ფართოდ გამოიყენება ათეროსკლეროზის, ჰიპერტონიის, გასტრიტის, კოლიტის და სისხლნაკლებობის სამკურნალოდ. პექტინების შემცველობის გამო ჟოლოს ნაყოფებს აქვს უნარი, ორგანიზმიდან გამოდევნოს მეტაბოლიზმის პროდუქტები. იგი ამცირებს სისხლში ქოლესტერინის შემცველობას და სისხლის წნევას. ფოთლები ხასიათდება ანთების საწინააღმდეგო და ქრილობის შემახორცებელი მოქმედების უნარით.

ხალხურ მედიცინაში გრიპის, ანგინის, ხველების და გაცივების დროს ღებულობენ ჟოლოს ნედლი ან გამხმარი ნაყოფებისაგან შემდეგი წესით დამზადებულ ნაყენს: 100 გ ნედლეულს ასხამენ 3 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალს, აჩერებენ 30 წუთს, წურავენ და ღებულობენ 1 ჩაის ჭიქას ძილის წინ, როგორც ოფლმდენ საშუალებას.

სალბი

Salvia glutinosa L.

Шалфей клейкий



დახასიათება. 1,5 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, სწორმდგომი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. ფოთლები გულისებურ-კვერცხისებურია, 8-15 სმ სიგრძის, სუსტად შებუსული. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია საგველა ყვავილედებად. ნაყოფი შავი კაკლუქაა. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტოში-სექტემბერში.

გავრცელება. გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში, განსაკუთრებით ფართოდ – მდინარეთა ტენიან ხეობებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, რაც მცენარეს არომატულ სურნელს ანიჭებს.

გამოყენება. აჭარაში ხალხურ მედიცინაში ფოთლების ნაყენს იყენებენ ხველების და მაღალი ტემპერატურის საწინააღმდეგო საშუალებად. ნაყენის მოსამზადებლად 1 ს/კ გამოშმრალ ფოთოლს

ასხამენ 1 ჩ/ქიქა მდულარე წყალს და აჩერებენ 20 წთ-ით. სვამენ ყავის ქიქით 3-4-ჯერ დღეში.

ამავე მიზნით გამოიყენება *Salvia verticillata* L.

სამატლე

***Thalictrum foetidum* L.**

Василистник вонючий

დახასიათება. 15 – 40 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი, შებუსული, უსიამოვნო სუნის მქონე ბალახოვანი მცენარეა ბაიასებრთა (*Ranunculaceae*) ოჯახიდან. ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული ორმაგსამყურა ფოთლები. იასამნისფერი ყვავილები შეკრებილია ფაშარ ფარისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი კოლოფია, მოგრძო-ოვალური თესლებით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.



გავრცელება. იზრდება მთის ზედა და სუბალპური სარტყლის კლდეებზე. გავრცელების ადგილებია: სარი ჩაირი, ჩირუხი, ტბეთი.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციის ან კოკრობის პერიოდში და ამრობენ ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. მიწისზედა მასა შეიცავს 0,9–2,2% ალკალოიდებს-დეტიდინს, მაგნოფლორინს, ტალფინს, ტალფინინს, ფლავონოიდებს, კუმარინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. სამედიცინო პრაქტიკაში მცენარის ბალახისგან ამზადებენ ნაყენს, რომელიც გამოიყენება ჰიპერტონულ საშუალებად მაღალი არტერიული წნევის დროს.

სამკურნალო მატრიკარია

Matricaria chamomilla var. *recutita* (L.) Grierson = *M. Recutita* L.

Ромашка ободренная



დახსიათება. 20-40 სმ სიმაღლის ერთწლიანი, ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ღერო დატოტვილია, თითქმის შიშველი. ფოთლები ორმაგფრთართულია, მჯდომარე. ყვავილები შეკრებილია კალათა ყვავილელებად. ყვავილედში ორი სახის ყვავილია: გვერდითი – თეთრი

ენისებური და შუა – ყვითელი მილისებრი. ნაყოფი რუხი თესლურაა. ყვავილობს მთელი ზაფხულის განმავლობაში, ნაყოფები მწიფდება ივნის-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა სილნარ-თიხნარ ადგილებზე გზისპირებზე, ნათესებში, ბაღებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ყვავილები, რომლებსაც აგროვებენ ყუნწებთან ერთად ყვავილობის დასაწყისში, მშრალ მზიან ამინდში. აშრობენ სწრაფად, შეგროვებისთანავე, რადგანაც მოკრეფილი ყვავილები სწრაფად შავდება. შრობა ხდება ჩრდილში, ორიპირ ქარში ან საშრობში 35-40°C ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ყვავილების შემადგენლობაში შედის 0,8%-მდე ეთეროვანი ზეთები, ქამაზულენი, სხვადასხვა სახის ტერპენები და სესქვიტერპენები, აპიგენინი, პროქამაზულენი,

მატრიცინი, ლაქტონები, მატრიკარინი, უმბელიფერონი, ორგანული მჟავები, ფისები, ფლავონოიდები, პოლისაქარიდები, კაროტინოიდები, ასკორბინის მჟავა და სხვა.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. გვირილის ყვავილების ნაყენით მკურნალობენ გასტრიტს, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულს, ენტერიტს, კოლიტს. ნაყენს ამზადებენ თანაფარდობით: 1 ს/კ ყვავილები - 1 ჩ/ჭ მდულარე წყალზე. აჩერებენ 3 სთ-ით, წურავენ და იღებენ ყავის ქიქით 3-ჯერ დღეში.

სამკურნალო პიტნა
Calamintha officinalis Moench = C. nepeta (L.) Savi
Пахучка лекарственная

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 20-60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. ღეროები გართხმულია ან წამოწეული. მასზე განლაგებულია კვერცხისებური, ხერხკბილა, შებუსული ფოთლები. ყვავილები წითელია, ღეროს წვერში მრავალყვავილიან თავაკებად შეკრებილი. ნაყოფი ოთხად გაყოფილი კაკლუქაა. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია მთის შუა სარტყლის მთისწინებიდან სუბალპებამდე. იზრდება ნათელ ტყეებში, ტყისპირებზე, ბუჩქნარებში, გზების გასწვრივ, კლდეებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მიწისზედა მასა შეიცავს 0,3-0,8% ეთეროვან ზეთებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ხალხურ მედიცინაში მიწისზედა მასის ნაყენი გამოიყენება ჩაის სახით წნევის დამწვევად და დამამშვიდებლად.

სამკურნალო სატაცური *Asparagus officinalis L.* Спаржа лекарственная



დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 1 მ-მდე სიგრძის ფესურიანი მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანისებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. დატოტვილ ღეროზე განლაგებული წვრილი ქერქლისებური ფოთლები, რომელთა უბეებში ვითარდება 1-3 სმ სიგრძის მწვანე, ძაფისებური ტოტების კონები - კლადოდუუმები.

ყვავილები მარტოულია, თეთრი ზარისებური გვირგვინით. ნაყოფი მოთეთროდწითელი კენკრაა. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვისპირზე, სილნარ და ქვიშნარ ადგილებში. დანერგილია კულტურაში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მცენარის ყველა ნაწილი. ბალახს ამზადებენ ვეგეტაციის პერიოდში, ფესვებს - შემოდგომაზე და გაზაფხულზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ცილებს, C, B₁, B₂, PP, A ვიტამინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მცენარისაგან მზადდება პრეპარატი ასპარგინი, რომელიც აქვეითებს სისხლის წნევას, აძლიერებს გულის

მუშაობას, აფართოვებს პერიფერიულ სისხლძარღვებს, ზრდის შარდის გამოყოფას. ოჯახურ პირობებში ნედლეულისაგან ამზადებენ ნაყენს, რისთვისაც 1 ს/კ გამოშრალ და დაქუცმაცებულ ბალახს ასხამენ 1 ჩ/ჰ მდულარე წყალს, აჩერებენ 4 სთ-ს, წურავენ და ლებულობენ სუფრის კოვზით 4-ჯერ დღეში. ხალხურ მედიცინაში ამავე მიზნით გამოიყენება აგრეთვე *A. Litvralis*.

სამკურნალო ტუხტი
***Althea officinalis* L.**
Алтей лекарственный

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, მსხვილფესურიანი, შებუსული, ბალახოვანი მცენარეა მალვა-სებრთა (*Malvaceae*) ოჯახიდან. სწორმდგომ ღეროზე მორიგეობით არის განლაგებული ყუნწიანი, დანაკვეთული, ხერხვილია ფოთლები. ყვავილები ღია ვარდისფერია, მოზრდილი. ისინი განლაგებულია ფოთლის ილღებში და შეკრებილია მტევან ყვავილედებად. ნაყოფი მრავალბუდიანი კოლოფია, მუქი, თირკმლის ფორმის თესლებით. ყვავილობს ივნის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება გზისპირა დანაგვიანებულ ადგილებში, ნაკადულების ნაპირებთან. გვხვდება ბათუმის, ბარცხანისა და თბილნარის მიდამოებში.

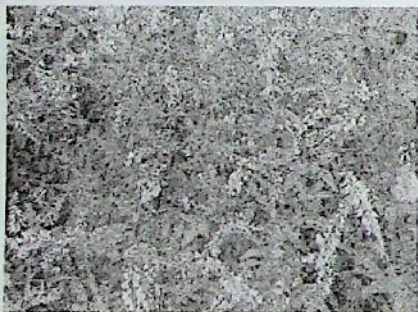
ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესურა და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე ან გაზაფხულზე, რეცხავენ და ამრობენ ღია ცის ქვეშ ან საშრობში 35-40⁰-C-ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურა და ფესვები შეიცავს 10% ლორწოვან ნივთიერებებს, პენტოზას, ჰექსოზას, 37% საქაროზას და 10% ცხიმოვან ნივთიერებებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფესურისა და ფესვებისაგან დამზადებული პრეპარატები წარმოადგენს ამოსახველებელ, ანთების საწინააღმდეგო და ანტისეპტიკურ საშუალებებს სასუნთქი გზების კატარის დროს. სააფთიაქო ქსელში მცენარისაგან მზადდება ფხვნილი, ნაყენი, მიქსტურა და სიროფი.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი ცივი წყლით, რისთვისაც 1 ს/კ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/კ ცივ წყალს და აჩერებენ 1 დამით. ღებულობენ ერთ სუფრის კოვზს 4-5-ჯერ დღეში.

სამკურნალო ძიძო
Melilotus officinalis (L.) Pall.
Донник лекарственный



დახასიათება. 1 მ-მდე სიმაღლის ორწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა პარკოსანთა (Fabaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, დატოტვილი. კვერცხისებური, ხერხებილა ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია მტევან ყვავილედებად. ნაყოფი ერთთესლიანი კვერცხისებური დანაოჭებული პარკია. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვისპირა სილნარებზე და ქვიშნარებზე, გზების გასწვრივ, ბუჩქნარებში, მთისწინებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში. ინახავენ მეტალის ან მინის ჭურჭელში, ასეთ პირობებში ნედლეული 2 წელი ინარჩუნებს სამკურნალო თვისებებს.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები და ყვავილები შეიცავს 0,9% კუმარინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, C და E ვიტამინებს, კაროტინებს, ეთერზეთებს.

გამოყენება. ძიძოს პრეპარატებს ახასიათებს დამარბილებელი მოქმედება, ამიტომ მათ მედიცინაში იყენებენ გარეგან საშუალებებად კანის სხვადასხვა დაავადების, კერძოდ, ფურუნკულების და ჩირქოვანი დაზიანების სამკურნალოდ. გარეგანი გამოყენებისათვის მზადდება ნაყენი შეფარდებით 1:20.

ხალხურ მედიცინაში ძიძოს ბალახს იყენებენ, როგორც ნახველის ამოსადებ და დამარბილებელ საშუალებას. ცხოველებზე ექსპერიმენტით და კლინიკური დაკვირვებით დადგინდა, რომ ძიძოში შემავალი კუმარინი ახდენს შემავიწროვებელ გავლენას ცენტრალურ ნერვულ სისტემაზე და აქვს კრუნჩხვის საწინააღმდეგო მოქმედება, ამდენად, იგი შეიძლება გამოყენებული იქნას მაღალი აგზნებადობისა და უძილობის დროს. შინაგანად მისაღებად ამზადებენ ნახარშს შეფარდებით 1:20, რომელსაც დგამენ წყლის აბაზანაზე და ადულებენ 10 წთ-ს. ძიძოს პრეპარატების მიღებისას საჭიროა ექიმის კონსულტაცია, რადგან დოზის გადამეტებამ შეიძლება გულისრევა და პირღებინება გამოიწვიოს.

საპონა

Saponaria officinalis L.

Мыльнянка лекарственная

დახასიათება. 30-90 სმ სიმაღლის წვრილფესურიანი, მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მიხაკისებრთა (*Caryophyllaceae*) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, სუსტად დატოტვილი. 5-12 სმ

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა . ფესურა და ფესვები შეიცავს 10% ლორწოვან ნივთიერებებს, პენტოზას, ჰექსოზას, 37% საქაროზას და 10% ცხიმოვან ნივთიერებებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა . ფესურისა და ფესვებისაგან დამზადებული პრეპარატები წარმოადგენს ამოსახველებელ, ანთების საწინააღმდეგო და ანტისეპტიკურ საშუალებებს სასუნთქი გზების კატარის დროს. სააფთიაქო ქსელში მცენარისაგან მზადდება ფხვნილი, ნაყენი, მიქსტურა და სიროფი.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი ცივი წყლით, რისთვისაც 1 ს/კ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/კ ცივ წყალს და აჩერებენ 1 ღამით. ღებულობენ ერთ სუფრის კოვზს 4-5 ჯერ დღეში.

სამკურნალო ბიძო
Melilotus officinalis (L.) Pall.
Донник лекарственный



დახასიათებთა. 1 მ-მდე სიმაღლის ორწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა პარკოსანთა (Fabaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, დატოტვილი. კვერცხისებური, ხერხკბილა ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია მტევან ყვავილედებად. ნაყოფი ერთთესლიანი კვერცხისებური დანაოჭებული პარკია. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა . გავრცელებულია ზღვისპირა სილნარებზე და ქვიშნარებზე, გზების გასწვრივ, ბუჩქნარებში, მთისწინებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში. ინახავენ მეტალის ან მინის ჭურჭელში, ასეთ პირობებში ნედლეული 2 წელი ინარჩუნებს სამკურნალო თვისებებს.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები და ყვავილები შეიცავს 0,9% კუმარინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, C და E ვიტამინებს, კაროტინებს, ეთერზეთებს.

გამოყენება. ძიძოს პრეპარატებს ახასიათებს დამარბილებელი მოქმედება, ამიტომ მათ მედიცინაში იყენებენ გარეგან საშუალებებად კანის სხვადასხვა დაავადების, კერძოდ, ფურუნკულების და ჩირქოვანი დაზიანების სამკურნალოდ. გარეგანი გამოყენებისათვის მზადდება ნაყენი შეფარდებით 1:20.

ხალხურ მედიცინაში ძიძოს ბალახს იყენებენ, როგორც ნახველის ამოსაღებ და დამარბილებელ საშუალებას. ცხოველებზე ექსპერიმენტით და კლინიკური დაკვირვებით დადგინდა, რომ ძიძოში შემავალი კუმარინი ახდენს შემავიწროვებელ გავლენას ცენტრალურ ნერვულ სისტემაზე და აქვს კრუნჩხვის საწინააღმდეგო მოქმედება, ამდენად, იგი შეიძლება გამოყენებული იქნას მაღალი აგზნებადობისა და უძილობის დროს. შინაგანად მისაღებად ამზადებენ ნახარშს შეფარდებით 1:20, რომელსაც დგამენ წყლის აბაზანაზე და ადუღებენ 10 წთ-ს. ძიძოს პრეპარატების მიღებისას საჭიროა ექიმის კონსულტაცია, რადგან დოზის გადამეტებამ შეიძლება გულისრევა და პირღებინება გამოიწვიოს.

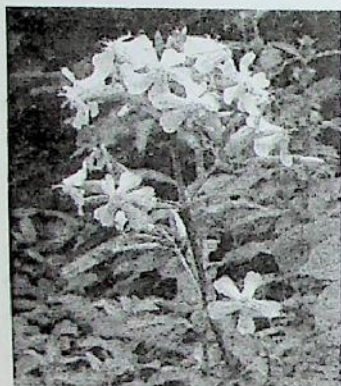
საპონა

Saponaria officinalis L.

Мыльнянка лекарственная

დახასიათება. 30-90 სმ სიმაღლის წვრილფესურიანი, მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მიხაკისებრთა (Caryophyllaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, სუსტად დატოტვილი. 5-12 სმ

სიგრძის ყუნწიანი, ლანცეტა-ელიფსური ფოთლები მოპირისპირე-დაა განლაგებული ღეროზე. სასიამოვნო სუნის მქონე თეთრი ან ვარ-დისფერი ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედად და გან-ლაგებულია ღეროს ან ტოტების წვერში. ნაყოფი წაგრძელებულ-კ-ვერცხისებური ერთბუდიანი კოლოფია მრავალი წვრილი, შავი თესლით. ყვავილობს ივნისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტოში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღ-ისპირა დაბლობებიდან მთის ზედა სარტყლამდე. გვხვდება ტყისპირებში, ბუჩქნარებში, მდინარეთა ნაპირებზე. ადგილსამყოფელია ქობულეთი (ფიჭვ-ნარი), ქედა, ხულო, დანისპარაული.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ე უ ლ ი ა ფესურა და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე ან გაზაფ-ხულზე, რეცხავენ და აშრობენ ღია ცის ქვეშ ან საშრობში 35-40°-C-ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურა და ფესვები შეიცავს 20% საპონინებს, გლიკოზიდ საპ-ონარინს, ასკორბინის მჟავას.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ნედლეულისაგან დამზადებული ნახარში და ნაყენი გამოიყენება ამოსახველებელ საშუალებად ბრონქიტისა და ლარინგიტის დროს. ნახარშის მოსამზადებლად იღებენ 6 გ დაქუცმა-ცებულ ნედლეულს, ასხამენ 200 გ მდუღარე წყალს, ადუღებენ 30 წუთის განმავლობაში წყლის აბაზანაზე. გემოს მისაცემად შეიძლება დაემატოს შაქრის სიროფი.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 ჩ/კ დაქუცმაცებულ ნედლეულს ას-ხამენ 1 ჩ/ჭიქა ცივ წყალს და აჩერებენ 8 საათის განმავლობაში, ხშირად ანჯღრევენ. შემდეგ წურავენ და იღებენ 2 ს/კ 3-ჯერ დღეში ჭამის შემდეგ.

საჭარა

Pyrethrum parthenifolium Willd.

Ромашка гваюлолистная

დახასიათება. 40-70 სმ სიმაღლის ღია-მწვანე ფერის, მცოცავ-ფესურიანი, მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ღერო დატოტვილია, ნახევრად გართხმული, თითქმის შიშველი. ფოთლები ფრთართულია, ჯირკვლებს მოკლებული, ბლავი, კიდემთლიანი ნაკვებით. ყვავილები შვერებილია კალათა ყვავილედებად. ყვავილედში ორი სახის ყვავილია: გვერდითი – თეთრი ენისებური და შუა – ყვითელი მილისებური. ნაყოფი რუხი თესლურაა. ყვავილობს აპრილ-ივლისში. ნაყოფი მწიფდება ივნის-ოქტომბერში.



გავრცელება. გავრცელებულია ზღვისპირა გორაკ-ბორცვებიდან სუბალპებამდე, იზრდება კლდეებზე, ჩამონალვარებზე, თიხნარებზე, მდინარეთა ნაპირებზე, ტყისპირებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილედები, რომლებსაც აგროვებენ ყუნწებთან ერთად ყვავილობის პერიოდში, მშრალ მზიან ამინდში. ამრობენ სწრაფად, შეგროვებისთანავე, რადგან მოკრეფილი ყვავილები სწრაფად შავდება. შრომა ხდება ჩრდილში, ორიქარში ან საშრობში 35-40° C-ზე.

ქიმიური შემცველობა. ყვავილების შემადგენლობაში შედის 0,8%-მდე ეთეროვანი ზეთები, ორგანული მჟავები, ფისები, ფლავონოიდები, პოლისაქარიდები, კაროტინოიდები, ასკორბინის მჟავა და სხვა.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ყვავილების ნაყენით მკურნალობენ გასტრიტს, კუჭისა და თორმერგოჯა ნაწლავის წყლულს, ენტერიტს, კოლიტს. ნაყენს ამზადებენ თანაფარდობით: 1 ს/კ ყვავილები 1 ჩ/კ მდუღარე წყალზე. აჩერებენ 3 სთ-ით, წურავენ და იღებენ ყვის ჭიქით 3 -ჯერ დღეში.

სელიჭა

Linaria vulgaris L.

Льянчик обыкновенный



დახასიათება. 30-50 სმ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი. სწორმდგომი. ბალახოვანი მცენარეა შავწამალასებრთა (*Scrophulariaceae*) ოჯახიდან. ხაზურ-ლანცეტა ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ყვავილები ყვითელია, ორტუჩა, ყვავილობს ივლის-აგვისტოში, ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელება. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებზე. გავრცელების ადგილია გონიო.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ კოკრობისას და ყვავილობის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. მიწისზედა მასა შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, ფლავონოიდებს, საპონინებს, მიკროელემენტებს.

გამოყენება. აჭარის ხალხურ მედიცინაში სელიჭას საფაღარათო, შარდმდენ და ნაღველმდენ საშუალებად იყენებენ, რისთვისაც 3 ს/კ ბალახს ასხამენ 1 ჩ/კ მდუღარე წყალს, დგამენ რამდენიმე

წუთით, წურავენ, უმატებენ გემოვნებით შაქარს და თითო სუფრის კოვზს იღებენ ყოველ 1 ან 2 სთ-ში.

სიმინდი *Zea mays L.* Кукуруза

დახასიათება. 3 მ-მდე სიმაღლის ერთწლიანი, ერთსახლიანი ბალახოვანი მცენარეა მარცვლოვანთა (Poaceae) ოჯახიდან. სწორმდგომ, დამუხლულ ღეროზე განლაგებულია გრძელი, ხაზური, ხალთიანი ფოთლები. მამრობითი ყვავილები ღეროს წვერში შეკრებილია საგველებად, მდედრობითი ყვავილები ვითარდება ფოთლების ილიებში და ქმნის ტარო ყვავილედს. ნაყოფი მარცვალაა. ყვავილობს აგვისტოში.



ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელება. მცენარის სამშობლოა ჩრდილოეთი ამერიკა. ველური სახით არ გვხვდება. კულტივირებულია, როგორც საკვები მარცვლოვანი კულტურა.

სამკურნალო ნედლეულია მდედრობითი ყვავილების დინგები (ულვაშები), რომლებსაც აგროვებენ თესლების მოწიფების შემდეგ აგვისტო-სექტემბერში. აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა სიმინდის დინგები შეიცავს C ვიტამინს, კაროტინოიდებს, ცხიმოვან და ეთეროვან ზეთებს, მწარე გლიკოზიდებს, საპონინებს, ალკალოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. სიმინდის დინგების ნაყენი გამოიყენება მადის დასაქვეითებელ და გასახდომ საშუალებად. ნაყენის მომზადება: 4 სუფრის კოვზ სიმინდის დინგებს ასხამენ 500 მლ მდულარე წყალს, აჩერებენ 2 სთ-ს, წურავენ და ღებულობენ 1 ჩ/ჰ -ით 2-3-ჯერ დღეში.

სკოპოლია *Scopolia carniolica Jacq.* Скополия красноватая



დახასიათება. 30-75 სმ სიმაღლის ფესურიანი, სწორმდგომი ბალახოვანი მცენარეა ბალეურძენასებრთა (*Solanaceae*) ოჯახიდან. კიდემთლიანი, კვერცხისებური ფოთლები ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ყვავილები მოყავისფრო-მოყვითალოა, ილიური, ზარისებური გვირგვინით. ნაყოფი მრგვალი კოლოფია.

ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია მთის შუა სარტყლამდე აჭარისწყლისა და ჩაქვისწყლის ხეობებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესურა და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ ზაფხულის დასაწყისში, როცა მცენარე ყვავილობს, რადგან ჩახმობის შემდეგ მისი პოვნა ძნელდება. ნედლეულს რეცხავენ, ჭრიან პატარა ნაწილებად და აშრობენ ღია ცის ქვეშ.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურა და ფესვები შეიცავს 0,9% ალკალოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფარმაცევტულ წარმოებაში ფესურისა და ფესვებისაგან ღებულობენ პრეპარატებს: ატროპინის სულფატს, სკოპოლამინის ჰიდრობრომიდს, სკოპოლამინქაფურმყავას, რომლებიც გამოიყენება ნერვულ-ფსიქიკური დაავადებების სამკურნალოდ. სკოპოლამინი შედის ტაბლეტ „აერონის“ შემადგენლობაში.

სოკო „ჩაგა“
Iponotus obilquus (pers.) piel
Гриб чага

დახასიათება. „ჩაგა“ წარმოადგენს პარაზიტ აბედა სოკოს, რომელიც სახლდება არყის ღეროზე. მისი ნაყოფსხეული მაგარია, დანაოქებული და დახეთქილი.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის შუა სართელის ფოთლოვან ტყეებში მზარდ არყის ხეებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნ აყოფსხეულები, რომლებსაც აშრობენ 40-50° C-ზე. ნედლეულის შენახვის ვადა 4-6 თვეა.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ჩაგას ნაყოფსხეული შეიცავს მუქი ფერის პიგმენტურ ნივთიერებას – ქრომოგენს, აგარიცინის მყავას, ტრიტერპენოიდებს, ფლავონოიდებს, ალკალოიდებს, ფისოვან ნივთიერებებს და მიკროელემენტებს, განსაკუთრებით K-ს, Na-ს, Mn-ს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. სამედიცინი პრაქტიკაში გამოიყენება ჩაგას პრეპარატები: აბები და ბლანტი ექსტრაქტი „ბეფუნგინი“ ავთვისებიანი სიმსივნის სხვადასხვა ფორმის დროს იმ შემთხვევაში, როცა არ არის მითითებული ქირურგიული ჩარევა და სხივური თერაპია. „ჩაგა“ პრეპარატების კლინიკური შემოწმებით დადგინდა, რომ



ისინი აუმჯობესებს ავადმყოფთა საერთო მდგომარეობას ავთვისებ-
იანი სიმსივნის IV სტადიაზე, აქრობს ტკივილებს, აუმჯობესებს
ძილს, არეგულირდებს სისხლის და ფერმენტწარმოქმნელი სისტე-
მების მუშაობას.

სოსნოვსკის ფიჭვი

Pinus sosnowskyi Nakai. = P. kochiana Klotzsch ex C. Koch
Сосна Сосновская



დახასიათება. 40 მ-მდე
სიმაღლის კონუსურვარჯიანი წიწვო-
ვანი ხეა ფიჭვისებრთა (Pinaceae) ოჯახ-
იდან. გრძელი წიწვები ღეროზე
წყვილ-წყვილადაა განლაგებული. მამ-
რობითი გირჩები ვითარდება ყლორ-
ტების ფუძეებთან, მდედრობითი გირ-
ჩები კი - ამავე ყლორტების ზედა
ნაწილში. მწიფე გირჩები წაგრძელებ-
ულ-კვერცხისებურია, თავქვე დაკი-

დებული, 7 სმ-მდე სიგრძის, ყავისფერი ფრთიანი თესლებით.
თესლი მწიფდება 2 წლის შემდეგ.

გავრცელება. იზრდება მთის შუა სარტყლიდან სუბალპე-
ზამდე, როგორც შერეულ, ისე წიწვოვან ტყეებში. წარმოადგენს
წიწვოვანი ტყეების წამყვან სახეობას.

სამკურნალო ნედლეულია კვირტები, წიწვები,
ყლორტები, ნორჩი გირჩები და ფისი, რომლებსაც აგროვებენ
ზამთრობით და გაზაფხულზე. ნედლეულს ამრობენ ჰაერზე ან კარ-
გად განიავებულ შენობაში.

ქიმიური შემცველობა. წიწვები შეიცავს 0,13-1,3%
ეთერზეთებს, 5% მთრიმლავ ნივთიერებებს, 0,1-0,3% C ვიტამინს,
მწარე ნივთიერება პინიპიკრინს. კვირტები შეიცავს ეთეროვან ზე-

თებს, სკიპიდარს, სახამებელს, მთრიმლავ ნივთიერებებს. ფისი შეიცავს 35% ეთეროვან ზეთებს, 38% ორგანულ მჟავებს, მინერალურ მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში ფიჭვის წიწვების და კვირტების ნაყენს იყენებენ სავლებად ღრძილების ანთების დროს, ასევე, იყენებენ ნახველის ამოსაღებად ბრონქიტის, ზედა სასუნთქი გზების ანთების, ფილტვის ტუბერკულოზის, რევმატიზმის და ნაღვლის ბუშტის ანთების დროს. ფიჭვის წიწვებისაგან ამზადებენ ვიტამინურ ნაყენს და ქლოროფილ-კაროტინის პასტას, რომლითაც მკურნალობენ სიდამწვრეს და კანის ზოგიერთ დაავადებას: ეგზემას, ფსორიაზს, მუნს. ფიჭვის მერქნისაგან გამოყოფენ ტერპენტულ ეთერზეთს – სკიპიდარს, რომელსაც აქვს ადგილობრივი გამაღიზიანებელი, გამომღვენი და ანტისეპტიკური თვისებები. მას იყენებენ, როგორც გარეგანი საშუალება ნევრალგიის, მიოზიტის, ნიკრისის ქარის, რევმატიზმის, ფილტვების ანთების და სასუნთქი გზების დაავადებების დროს.

ხალხურ მედიცინაში ფილტვის სიმსივნისა და ტუბერკულოზის დროს იყენებენ წიწვების და კვირტების ნახარშს, რისთვისაც 50 გ წიწვებს პატარ-პატარა ულუფებად ყრიან 3 ლ/ქიქა მდულარე წყალში, აჩერებენ 3 სთ-ს, იღებენ ყავის ქიქით 3-ჯერ დღეში.

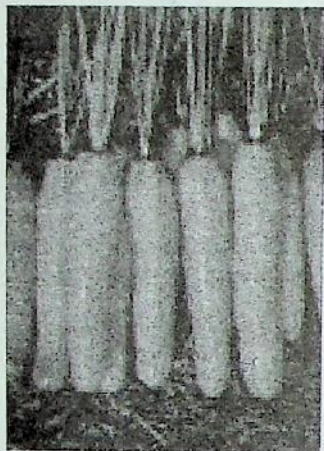
ნაყენის მოსამზადებლად 50 გ (2 ს/კ) წიწვებს ან კვირტებს ასხამენ 2 ლ/ქ მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 სთ-ს, წურავენ და ივლებენ პირის ღრუში 3-ჯერ დღეში.

სტაფილო

Daucus carota L.

Марков посевная

დახასიათება. 50-70 სმ სიმაღლის ორწლიანი ძირხვენიანი ბალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (Apiaceae) ოჯახიდან. სიცოცხ-



ლის პირველ წელს ივითარებს ფესვის ყელთან შეკრებილი ფრთისებრდგანვითილი ფოთლების როზეტს, მეორე წელს – სწორმდგომ საყვავილე ღეროს, რომელიც ბოლოვდება თეთრი ყვავილებისაგან შეკრებილი რთული ქოლგა ყვავილედით. ნაყოფი ტყუპი თესლურაა. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული საბოსტნე მცენარეა. ველურად გვხვდება ევრაზიის, აფრიკისა და ხმელთაშუა ზღვის ქვეყნებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა თესლები, რომლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, აშრობენ ჰაერზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. თესლები შეიცავს ეთერზეთებს, ცხიმებს, კუმარინებს და ფუროკუმარინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. თესლებს იყენებენ თირკმლებსა და შარდის ბუშტში კენჭების არსებობის დროს, რისთვისაც ამზადებენ ნაყენს შემდეგი დოზით: 3 ს/კ თესლს ასხამენ 3 ჩ/ქ მდულარე წყალს და დგამენ თბილ ადგილას მთელი ღამის განმავლობაში, წურავენ და ღებულობენ ნახევარ ჭიქას 3-ჯერ დღეში. მკურნალობის ხანგრძლივობა 2 თვეა.

სტერკულია (ხემაგარა)

Sterculia platanifolia L.

Стеркулия платанолистная

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 15-20 მ სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა სტერკულიასებრთა (Sterculiaceae) ოჯახიდან. ღეროსა და ტოტების

ქერქი ნაცრისფერია, გლუვი ან ოდნავ ხორკლიანი. მასზე მორიგეობითაა განლაგებული სამ- ან ხუთნაკვთიანი, ყუნწიანი ფოთლები. ყვავილები ცალსქესიანია, მომწვანოდმოყვითალო, ფარისებურ ყვავილედებად შეკრებილი. ნაყოფი ტყავისებური, ხუთწევ რიანი ფოთლურაა, მრგვალი, ლორწოვანი, საკვებად ვარგისი თესლებით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში. დეკორატიულია.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული, ეგზოტიკური მცენარეა ჩინეთისა და ინდოჩინეთის სუბტროპიკებიდან. აქარაში შემოტანილი იქნა 1900-იან წლებში. ვეგეტაციის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს 3% აზოტოვან ფუძეებს: ქოლინსა და ბეტაინს, პოლისაქარიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, მიკროელემენტებს. თესლები შეიცავს კოფეინ თეობრომინს, ცხიმებს და ლიპიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფარმაკოლოგიური მოქმედებით სტერკულიას პრეპარატები მიეკუთვნება ფსიქოსტიმულატორულ და ადაპტოგენურ საშუალებებს, რომლებიც ხელს უწყობს ორგანიზმის შეფუძნებას მისთვის არასასურველ გარემოსთან. მას ათანაბრებენ ჟენშენთან და ჩინურ ლიმონურასთან. ფოთლებისაგან ამზადებენ ნაყენს შეფარდებით 1:10, რომელსაც იყენებენ ფიზიკური და გონებრივი გადაღლილობის, ასთენიის, დაბალი ჰიპერტონული წნევის და კუნთური ტონუსის მოდუნების დროს.

ტაბელა
Pteris cretica L.
Птерис критский



დახასიათება. 30-70 სმ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, მოკლეფესურიანი, ბალახოვანი გვიმრაა კილამურისებრთა (Polypodiaceae) ოჯახიდან. ფოთლები გრძელყუნწიანია, ტყავისებური, ფრთართული, კიდეებზე წვრილად დაკბილული. სასპორე ფოთლების სეგმენტები უფრო წვრილია, ვიდრე ვეგეტაციურის.

სპორებს ივითარებს ფოთლის ქვედა მხარეს განვითარებულ სპორანგიუმებში. სპორები მწიფდება ივნის-ივლისში.

გავრცელება. გავრცელებულია მთის ქვედა და შუა სარტყელში, იზრდება ტენიან ფერდობებზე, კლდეებზე.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა, რომელსაც აგროვებენ შემოდგომაზე და ზამთარში. რეცხავენ, ჭრიან პატარა ნაჭრებად და აშრობენ მზეზე.

ქიმიური შემცველობა შესწავლილი არ არის.

გამოყენება. აჭარაში ხალხურ მედიცინაში (ხულოს რ-ნი) ფესურების ნახარში გამოიყენება ხველების საწინააღმდეგოდ. ნაყენი მზადდება 2 ს/კ წვრილად დაჭრილი ფესურებისა და 2 ჩ/ჭიქა წყლისაგან. ადულებენ 10 წთ-ის განმავლობაში. იღებენ სუფრის კოვზით 4-5-ჯერ დღეში.

ტენცო, წყლის პიტნა

Mentha aquatica L.

Мята водянная

დახასიათება. 1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. დატოტვილ დეროზე განლაგებულია კვერცხისებური, ხერხებილა, შებუსული ფოთლები. ყვავილები ვარდისფერია, დეროს წვერში თავთავებად შეკრებილი. ნაყოფი ოთხად გაყოფილი კაკლუქაა. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.



ბავრცელება. გავრცელებულია მთის ქვედა და შუა სარტყელში. იზრდება დაქაობებულ ადგილებში, მდინარეებისა და ნაკადულების ნაპირებთან.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. მიწისზედა მასა შეიცავს 0,3-0,8% ეთეროვან ზეთებს.

გამოყენება. ხალხურ მედიცინაში მიწისზედა მასის ნაყენი გამოიყენება ჩაის სახით შეფარდებით 1:10 მადის მომგვრელად.

ტყის დედაფუტკარა

Stachys sylvatica L.

Чистец лесной



დახასიათება. 1მ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, მრავალწლოვანი, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. ფოთლები კვერცხისებური სამკუთხაა, ბლაგვხერხები, ორთავე მხარეს სუსტად შებუსული. წითელი, ორტუჩა ყვავილები ღეროს წვერში შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედეზად. ნაყოფი ოთხთესლიანი კაკლუჭაა. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში, ნაყოფები

მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გავრცელება. იზრდება მთის შუა სარტყლის ტყეებში, ტყისპირებში, მდინარეების: აჭარისწყლისა და კინტრიშის ხეობებში. ადგილსამყოფელია აგრეთვე ჭახათი, კობი, შუახევი, ხულო, დანისპარაული, რიყეთი და სხვა.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, ფლავანოიდებს, კუმარინებს, მინერალურ მარილებს.

გამოყენება. მცენარის ნაყენი და ნახარში გამოიყენება, როგორც დამამშვიდებელი, კრუნჩხვების საწინააღმდეგო, სისხლდენის შემაჩერებელი და წნევის დამწვევი საშუალება. თავისი დამამშვიდებელი ეფექტით მცენარე აღემატება შავბალახს.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 ჩ/კ მშრალ ბალახს ასხამენ 1 ჩ/კიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 4-5 სთ-ის განმავლობაში. სვამენ თითო სუფრის კოვზს 3-ჯერ დღეში. საჭიროა დოზების ზუსტი დაცვა.

ტყის კამა

Peucedanum caucasicum (Bieb.) C. Koch = *Cervaria caucasica* (Bieb.) M. Pimen.

Морковник кавказский

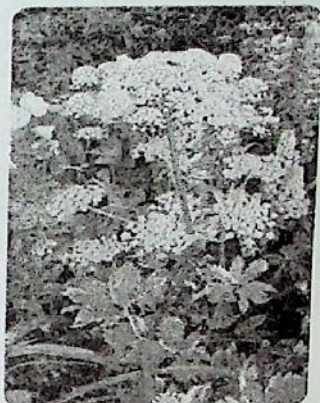
დახასიათება. 1 მ-მდე სიმაღლის დატოტვილი, შეუბუსავი, დაღარულდეროიანი, ბალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (Apiaceae) ოჯახიდან. სამყურა ფოთლები ფესვთანურია, ფრთისებრდდანაკვეთული. ოქროსფერ-ყვითელი ყვავილები შეკრებილია 6-10 სხივიან ქოლგებად. ნაყოფი კვერცხისებური თესლურაა. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება. გვხვდება ზღვისპირა დაბლობებიდან 1800 მ-მდე, განსაკუთრებით ფართოდაა გავრცელებული აჭარისწყლის ხეობაში. იზრდება ტყისპირებზე და ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია მთლიანი მცენარე. ბალახს აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის პერიოდში, ფესვებს - შემოდგომაზე. აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, ფესვები - ფუროკუმარინ პეუცედანინს.

გამოყენება. მედიცინაში ფუროკუმარინი პეუცედანინი გამოიყენება ავთვისებიან დაავადებათა სამკურნალოდ, კერძოდ, პრეპარატ თიოფოსფამიდის მოქმედების გასაძლიერებლად. ხალხურ მედიცინაში მიწისზედა მასის ნახარში საქმლის მონელების გასაუმჯობესებლადაც გამოიყენება.



ტყის მალვა, მოლოქა

Malva sylvestris L.

Мальва лесная, просвирник



დახასიათება. 30-90 სმ-მდე სიმაღლის სწორმდგომი, დატოტვილდეროიანი, მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა მალვასებრთა (Malvaceae) ოჯახიდან. ფოთლები 5-7 ნაკვეთიანია, გრძელყუნწიანი, მორიგეობით განლაგებული. დერო და ფოთლები დაფარულია მეჩხერი ბუსუსებით.

ვარდისფერი ყვავილები ფოთლის ილღიებში შეკრებილია 4-5 წვერიან ჯგუფებად, გვირგვინის ფურცლები ამოკვეთილია. მშრალი ნაყოფები იშლება ერთთესლიან კაკლუქებად. ყვავილობს აპრილი-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან 1300მ-მდე. გავრცელებულია ტყეებში, გზისპირებზე, ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები და ყვავილები, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. ფოთლები და ყვავილები შეიცავს დიდი რაოდენობით ლორწოს, შაქრებს, C ვიტამინს, კაროტინებს.

გამოყენება. აქარის ხალხურ მედიცინაში მოლოქის ფოთლების და ყვავილების ნახარშს ფართოდ იყენებენ ჩირქოვანი მუწუკების და ძირმაგარების მოსარჩენად, რისთვისაც მცენარის ფოთლებს ხარშავენ ფაფის მიღებამდე, ურევენ პურის ფქვილს და მიღებულ ფაფას იღებენ ძირმაგარაზე, ფაფას სრულად გამოაქვს ჩირქი.

ფოთლების და ყვავილების ნახარშს იყენებენ ასევე ყელში გამოსავლებლად ანგინის საწინააღმდეგოდ.

ტყის მარწყვი
Fragaria vesca L.
Земляника лесная

დახასიათება. 10-12 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ახასიათებს სამყურა, გრძელყუნწიანი, მსხვილად დაკბილული, როზეტად შეკრებილი ფოთლები. თეთრი ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედად. ნაყოფი კონუსური, არომატული, წითელი კენკრაა მრავალრიცხოვანი თესლებით. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება მაის-ივნისში.



გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე, ტყისპირებზე, ბუჩქნარებში.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ყველა ნაწილი, რომლებსაც ამზადებენ ზაფხულში და შემოდგომაზე, ამრობენ მზისგან დაცულ ადგილას.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს შაქრებს, ასკორბინის მჟავას, პირიდოქსინს, კაროტინს, თიამინს, პექტინებს, ფლავონურ და მთრიმლავ ნივთიერებებს, ვაშლის, ლიმონის, სალიცილის და სხვა ორგანულ მჟავებს, ეთერზეთებს, ფიტონციდებს, რკინას, ალუმინს, ქრომს, სპილენძს, მანგანუმს. ბალახი და ფესვები შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, ალკალოიდებს, კაროტინებს, ასკორბინის მჟავას.

გამოყენება. აჭარაში ხალხურ მედიცინაში ბალახის და ფესვების წყლიანი ნაყენი (2 ს/კ ბალახი 2 R/კ მდულარე წყალზე) გამოიყენება გასტრიტის, კუჭის აშლილობის, მსხვილი ნაწლავების კა-

ტარის, წვრილი ნაწლავების ანთების დროს. ახალი ნაყოფები წარმოადგენს დიეტურ პროდუქტს გასტრიტის, კუჭის წყლულის, ატონიური შეკრულობის, სისხლნაკლებობის, გულის დაავადებების და ათეროსკლეროზის დროს. ფოთლის ნახარში და ნაყენი გამოიყენება, როგორც დამამშვიდებელი, სისხლდენის შემაჩერებელი საშუალება საშვილოსნოდან სისხლდენისას, იგი აფართოებს სისხლძარღვებს, რის შედეგადაც მცირდება წნევა და რეგულირდება გულის რიტმი. ფოთლის ნაყენს იყენებენ პირის ღრუში სავლებად გინგივიტის, სტომატიტის, პაროდონტოზის დროს. აჭარის ხალხურ მედიცინაში მთლიანი მცენარის ნახარში შეფარდებით 1 :10 გამოიყენება საშვილოსნოს ფიბრომიომის დროს.

ტყის ფურისულა *Primula sibthorpii Hoffmgg.* Первоцвет Сибторфа



დახასიათება. 10-20 სმ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, ბალახოვანი მცენარეა ფურისულასებრთა (Primulaceae) ოჯახიდან. ღერო ოთხწახნაგოვანია, ფოთლები ფესვთანური, ლანცეტა, კიდედაკბილული, ზედა მხრიდან მწვანე, ქვემოდან - მოთეთრო. ვარ-

დისფერი ყვავილები ვითარდება ფოთლის უბეებში. ნაყოფი კაკლუჭაა. ყვავილობს თებერვალ-აპრილში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-აგვისტოში.

ბავრცელება. იზრდება ზღვისპირა ფერდობებიდან მთის ზედა სარტყლამდე. გვხვდება ტყისპირებზე, ბუჩქნარებში, მდინარეთა ხეობებში.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი და ფესვები. ბალახს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ამრობენ ჩრდილში, ხოლო ფესვებს – გაზაფხულზე ან შემოდგომაზე. ამრობენ მზეზე.

ქიმიური შემცველობა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს საპონინებს, ვიტამინებს (C, B), ეთერზეთებს, მაგნიუმს და მინერალურ მარილებს.

გამოყენება. ფურისულას ფესვების და ფოთლების ნახარშს იყენებენ ნახველის ამოსაღებად. მათში არსებული საპონინები აძლიერებს სასუნთქი გზების ლორწოვანი გარსის სეკრეციას, რითაც განპირობებულია ნახველის ამოსაღები მოქმედება. ნედლეულისაგან ამზადებენ ნახარშს შეფარდებით 1:10. ადუღებენ 10 წთ-ით. იღებენ ს/კ-ით 3-ჯერ დღეში.

ტყის ჩიტისთვალა

Asperula odorata L. = *Galium odoratum* (L.) Scop.

Ямежник душистый

დახასიათება. 20-40 სმ სიმაღლის სწორმდგომი, მრავალწლიანი, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ენდროსებრთა (Rubiaceae) ოჯახიდან. 4-6 სმ სიგრძის ლანცეტა ფოთლები წახნაგოვან ღეროზე განლაგებულია რგოლებად. ყვავილები თეთრია. ისინი შეკრებილია კენწრულ ნახევარქოლგებად. ნაყოფები მრგვალია, გარედან დაფარულია კაუქიანი ბეწვებით.



გავრცელება. გავრცელებულია მთელი ტყის სარტყელში, დაჩრდილულ წიფლნარ და ნაძვნარ-სოჭნარ ტყეებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა . მიწისზედა ნაწილები შეიცავს კუმარინებს, გლუკოზიდ ასფერულოზიდს, ფლავონოიდებს, პიროკატეხინის ჯგუფის მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფისებს, ასკორბინის მჟავას.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა . აჭარის ხალხურ მედიცინაში მცენარის ნაყენი გამოიყენება დამაწყნარებლად უძილობის, ნერვებაშლილობის და მუცლის ტკივილის დროს. ასევე იყენებენ ოფლმდენ, შარდმდენ და ნივთიერებათა ცვლის გამაუმჯობესებელ საშუალებად. ნაყენის მოსამზადებლად 2 ჩ/კ დაჭრილ ბალახს ასხამენ 1 ჩ/ქიქა ცივ წყალს, დგამენ 8-10 სთ-ის განმავლობაში. იღებენ მთელი დღის განმავლობაში სუფრის კოვზით (საჭიროა დოზების ზუსტი დაცვა).

უკვდავა (ნეგო)

Helichrysum graveolens (Bieb.) Sweet

Бессмертник сильнопахучий



და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა . 15-30 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. სწორმდგომ, მოთეთრო, ბუსუსებით დაფარულ ღეროზე მოპირისპირედ არის განლაგებული მოგრძო, ლანცეტა ფოთლები, რომლებიც ორივე მხრიდან დაფარულია რუხი ფერის ხშირი ბუსუსებით. ყვითელი მილისებური ყვავილები შეკრებილია კალათებად. ისინი, თავის მხრივ, ქმნიან კენწრულ ფარისებურ ყვავილე-

დებს. ნაყოფი წვრილი თესლურაა, საფრენი აპარატით. ყვავილობს იენისის – სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია სუბალპურ სარტყელში, სადაც იზრდება კლდეებზე, ქვა-ღორღიან ადგილებზე. ადგილსამყოფელია სარიდჩაირი, ჩირუხი, მაღალმთა, თხილვანის იალაღები, მწვანე ტბის მიდამოები და სხვა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ყვავილედეები, რომლებსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ყვავილეები შეიცავს ფლავონებს და ფლავონურ გლიკოზიდებს, საპონინებს, სტერინს, ეთერზეთებს, კაროტინს, C და K ვიტამინებს, მთრიმლაგ ნივთიერებებს, ნატრიუმის, კალიუმის, რკინის მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში ყვავილებისაგან დამზადებული პრეპარატები გამოიყენება ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების: ქოლეცისტიტის და ჰეპატიტის დროს. ისინი წარმოადგენენ ძლიერ ნაღველმდენ საშუალებებს, რომლებიც ამცირებს სისხლში ბილირუბინის და ქოლესტერინის რაოდენობას, აძლიერებენ კუჭისა და კუჭქვეშა ჯირკვლის სეკრეციას.

ქოლეცისტიტის და ჰეპატიტის სამკურნალოდ გამოიყენება ნახარში, რომელსაც ამზადებენ შემდეგი წესით: 3 ს/კ გამომშრალ ყვავილებს ასხამენ 200 მლ (1 ჩ/ჭ) ოთახის ტემპერატურის წყალს, ახურავენ თავზე და ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 30 წთ-ს, აცივებენ, წურავენ, ამატებენ წყალს 200 მლ-მდე. ღებულობენ 1 ს/კ-ით 3-4-ჯერ დღეში ჭამამდე 10-15 წთ-ით ადრე. ამავე მიზნით მედიცინაში გამოიყენება მეორე სახეობაც- *Helichrysum polyphyllum* Led. Бессмертник многолистный.

უცუნა ლამაზი
Colchicum speciosum Stev.
Безвременник красивый



დახასიათება. 15-30 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ბოლქვიანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანასებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. მოკლე ღეროზე როზეტადაა განლაგებული 3-4 შიშველი, მბრწყინავი, ხორცოვანი, წაგრძელებულ-ლანცეტა, 25-40 სმ სიგრძის ფო-

თოლი. ღეროს კენწრულ ნაწილში ვითარდება 1-3 ვარდისფერი ყვავილი. ყვავილსაფარი სამწევრიანი წრეებისაგან შედგება და შიგნითა მხრიდან ბუსუსებით არის დაფარული. ყვავილობს აგვისტო-სექტემბერში. ამ პერიოდში მცენარეს ღერო და ფოთლები არა აქვს. განაყოფიერებული ნასკვი მიწაში იზამთრებს და მომდევნო წლის გაზაფხულზე მომწიფებული კოლოფი ფოთლებთან ერთად მიწის ზედაპირზე ამოდის. თესლი ივნისში მწიფდება. ამ დროისთვის მიწისზედა ნაწილები ხმება.

გავრცელება. გავრცელებულია ალპურ სამოვრებზე, წაბლნარ, წიფლნარ და წიფლნარ-რცხილნარ ტყეებში.

სამკურნალო ნედლეულია ბოლქვები და თესლები, რომლებსაც აგროვებენ ზაფხულში და აშრობენ მზეზე.

ქიმიური შემცველობა. ბოლქვები შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია კოლხიციინი და კოლხამინი.

გამოყენება. კოლხამინი გამოიყენება ქრონიკული ლეიკოზისა და კანის კიბოს სამკურნალოდ, კოლხიციინი – ნიკრისის ქარის წინააღმდეგ, დოზების გადაჭარბებამ შეილება გამოიწვიოს საერთო ინტოქსიკაცია, ამიტომ უცუნას გამოყენება შეიძლება მხოლოდ ექიმის ზედამხედველობით.

ფარსმანდუკი
Achillea millefolium L.
Тысячелистник

დახასიათება. 60-120 სმ სიმაღლის სწორმდგომი, მრავალწლიანი წვრილი, მხოხავფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ღერო ხისებურია, შებუსული, ფუძესთან გამსხვილებული. ფოთლები ფრთართულია, ფესვთან ახლოს მოკლეყუნწიანი, ღეროს ზედა ნაწილში – მჯდომარე. თეთრი, ზოგჯერ ვარდისფერი ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედად. ნაყოფი წვრილი თესლურაა. ყვავილობს ივნის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.



გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის ზედა სარტყლამდე. გვხვდება გზების გასწვრივ, მინდვრებში, ქვიშიან ადგილებში. გაჩეხილ ტყეებში.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილელები, რომლებსაც ამრობენ ჰაერზე, მზისგან დაცულ ადგილას.

ქიმიური შემცველობა. მცენარე შეიცავს ბიოლოგიურად აქტიურ მრავალ ნივთიერებას. ფოთლები შეიცავს ალკალოიდ ახილენს, ფოთლებსა და ყვავილედში გვხვდება ეთერზეთები 0,8%, მთრიმლავი ნივთიერებები, ინულინი, ასპარაგინი, ნიტრატები, ორგანული მჟავები, კაროტინები, ვიტამინები C, K, B.

გამოყენება. ფარსმანდუკის ყვავილების ნაყენს იყენებენ კუჭის წყლულის, გასტრიტის სამკურნალოდ, აგრეთვე, როგორც სისხლდენის შემაჩერებელ, სპაზმების საწინააღმდეგო, ჭრილობების

შემახორცებელ, ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლის გამაუმჯობესებელ, ალერგიისა და ანთების საწინააღმდეგო საშუალებას.

ნაყენს ამზადებენ შემდეგი წესით: 1 სუფრის კოვზ ყვავილებს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალს და აჩერებენ 4-5 საათით, წურავენ და ღებულობენ 1 ს/კ 6-8-ჯერ დღეში.

ფეიჰოა

Feijoa sellowiana Berg.

Фейхоа



დახასიათება. 3-8 მ სიმაღლის მარადმწვანე ბუჩქია მირტიცებრთა (Mirtaceae) ოჯახიდან. ღეროზე განლაგებულია მუქი მწვანე ფერის, კვერცხისებური ტყავისებური ფოთლები. ყვავილები ვარდისფერია წითელი მტვრიანებით, ნაყოფი მწვანე

ფერის წვნიანი, არომატული, ბურთისებური კენკრაა, თეთრი რბილობით, მრავალრიცხოვანი წვრილი თესლით. ყვავილობს ივნისში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელება. კულტივირებული ხეხილოვანი მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები, რომლებსაც კრეფენ სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს 17%-მდე მთრიმლავ ნივთიერებებს, 7%-მდე ორგანულ მჟავებს, 20%-მდე



შაქრებს, 196 მგ/%-მდე კაროტინს, 6 მგ/% C ვიტამინს, ფლავონოიდებს, ანტოციანებს, პექტინებს, ეთროვან ზეთებს, მიკროელემენტებს: იოდს, მაგნიუმს, რკინას, ქრომს, სპილენძს, მინერალურ მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ნაყოფების წვენი გამოიყენება იოდის ნაკლებობის დროს.

ფითრი *Viscum album L.* Омела белая

დახასიათებ ა. მარადმწვანე, 50 სმ-მდე სიმაღლის ბუჩქია ფითრისებრთა (*Loranthaceae*) ოჯახიდან, რომელიც პარაზიტობს მსხლის, ვაშლის, ფიჭვის, ცირცელის, ვერხვის, ტირიფის, აკაციის და სხვა ხეების ტოტებზე. ღეროები დიქოტომიურადაა დატოტვილი და მასზე მოპირისპირედაა განლა-



გებული მკრთალი მწვანე ელიფსური ფოთლები. მოთეთრო-მოყვი-თალო ყვავილები განლაგებულია ღეროს მუხლებში. ნაყოფი ბურთისებური კენკრაა, თავდაპირველად მწვანე, შემდეგ თეთრი, რომელიც გარშემორტყმულია წებოვანი ნაყოფგარემოთი. ყვავილობს მარტ-აპრილში, ნაყოფი მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. მცენარე პარაზიტობს მთის შუა სარტყლამდე გავრცელებულ პატრონ-მცენარეებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ყლორტები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე და ზამთარში. მათი გამრობა ხდება ჩრდილში. შენახვის ვადა 3 წელია.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ყლორტები შეიცავს ალკალიდებს, ქოლინებს, აცეტილქოლინებს, ორგანულ მჟავებს, ვიტამინ C-ს, კაროტინოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფითრს, როგორც დამამშვიდებელ საშუალებას, უძველესი დროიდან იყენებენ ეპილეფსიის, ისტერიის, თავბრუსხვევის, უძილობის, თავის ტკივილის და მაღალი არტერიული წნევის დროს. თანამედროვე მეცნიერულ მედიცინაში ფითრის ყლორტებისაგან ამზადებენ სქელ ექსტრაქტს „ომელინს“, ჰიპერტონული დაავადების საწყისი სტადიის სამკურნალოდ, ასევე ყლორტები წარმოადგენს ართრიტის სამკურნალოდ გამოყენებული ერთდერთი ცნობილი კომპლექსური პრეპარატის „აკოფიტისო“ შემადგენელ ნაწილს. ოჯახურ პირობებში ნედლეულისაგან ამზადებენ ნაყენს, რისთვისაც 2 ს.კ. ნედლ ან ხმელ ყლორტებს ასხამენ 0.5 ლ წყალს, აჩერებენ 6–8 სთ–ს, წურავენ და ღებულობენ ყავის ქიქით 3-ჯერ დღეში, მკურნალობის კურსი 1თვეა.

ფშანის კვალი
Ononis arvensis L.
Стальник полевой



დახასიათება. 40-80 სმ. სიმაღლის დატოტვილი, ყვითელი ბუსუსებით დაფარული, ეკლიანი ბალახოვანი მცენარეა პარკოსანთა (Fabaceae) ოჯახიდან. ფოთლები სამყურაა, თანაფოთლებიანი, ყვავილები ვარდისფერია ან თეთრი. ისინი შეკრებილია

გორგლისებურ ყვავილედეზად. ნაყოფი ოდნავ გაბერილი პარკია.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე. იზრდება ტენიან ადგილებში, ბუჩქნარებში. თაფლოვანი მცენარეა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესურა და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომა-გაზაფხულზე, რეცხავენ, ჭრიან 3-4 სმ სიგრძის ნაჭრებად და აშრობენ.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესვები და ფესურები შეიცავს გლიკოზიდებს – ონონინს, ონიცერინს, ფლავონოიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ეთერზეთებს, საკონინებს.

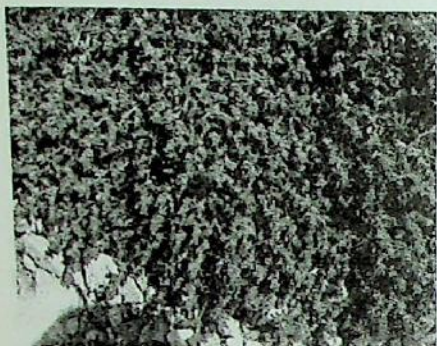
გ ა მ ო ყ ე ე ბ ა. მცენარის ფესვებისაგან დამზადებულ პრეპარატებს აქვთ გამხსნელი მოქმედება. ფარმაცევტული მრეწველობა ამზადებს მცენარის სპირტიან ნაყენს, რომელსაც იყენებენ ბუასილის დროს. ოჯახურ პირობებში ნახარშის მოსამზადებლად 3 ჩ/კ დაქუცმაცებულ ფესვებს დაასხამენ 1 ლ ცივ წყალს და ხარშავენ ნელ ცეცხლზე, სანამ 0,5 ლ-მდე არ დაიდუღებს. შემდეგ ნახარშს წურავენ და ინახავენ მაცივარში. ღებულობენ 1/4 ჭიქას ჭამამდე 2-4 კვირის განმავლობაში, რის შედეგად იკურნება შეკრულობა და წესრიგდება დეფეკაცია.

ქაფუნა

Herniaria glabra L.

Грыжник голый

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 5 – 10 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარეა მიხაკისებრთა (Caryophyllaceae) ოჯახიდან. ღერო დატოტვილია, თითქმის გართხმული, შიშველი ან სუსტად შებუსხული, მასზე მოპირისპირედაა განლაგებული წაგრძელებულკვერცხისებური, წვრილი, მოყვითალო-მწვანე, არომატულსუნიანი ფოთლები. წვრილი, მწვანე ყვავილები შეკრებილია ფოთლის იღლებში ჯგუფურად. ნაყოფი პატარა, ერთთესლიანი კაკალია. ყვავილობს ივლის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია მთის ზედა და სუბალპურ სარტყელში. იზრდება მშრალ, ქვიან და სილიან ადგილებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბალახი შეიცავს საპონინისმაგვარ გლიკოზიდ პერიარინს, ალკალოიდ პარონიხინს, კუმარინებს და ეთეროვან ზეთებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მცენარის პრეპარატები გამოიყენება შარდის ბუშტის მწვავე ანთების, სპაზმების, თირკმლების ყველა სახის დაავადების დროს, როგორც შარდმდენი საშუალება. ნედლეულისაგან ამზადებენ ნაყენს, რისთვისაც 20 გ (1 ს/კ) გამოშშრალ და დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ 1 ლ/კ მდულარე წყალს, აჩერებენ 4 სთ-ს, წურავენ და ღებულობენ ს/კ 3-ჯერ დღეში.

ქაცვი

Hippophae rhamnoides L.

Облепиха

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 3 – 6 მ სიმაღლის ეკლიანი, ორსახლიანი ბუჩქია ფშატისებრთა (Elaeagnaceae) ოჯახიდან. ღერო დატოტვილია, მასზე მორიგეობით არის განლაგებული მოკლეყუნწიანი, ვიწრო ხაზური, 6 სმ-მდე სიგრძის, ქვედა მხრიდან ვერცხლისფერი ფოთლები. წვრილი ყვითელი ყვავილები შეკრებილია მოკლე თავთავებად და განლაგებულია ტოტებისა და ეკლების იღლიებში.

ნაყოფი წვნიანი, 1 სმ-მდე სიგრძის ნარინჯისფერი კურკიანაა. ყვავი-
ლობს აპრილ-მაისში, ფოთლე-
ბის გაშლამდე. ნაყოფები მწიფ-
დება აგვისტო-ოქტომბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდე-
ბა ზღვისპირა სილნარებზე,
მდინარეთა შლამიან ნაპირებ-
ზე, უხვადაა მდინარე ქოროხის
ქვემო დინებაში. ადგილსამყო-
ფელია გონიო, ერგე, თხილნა-
რი.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები, რომლებსაც აგ-
როვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, აკვნობენ ჰაერზე და აშრობენ
ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნაყოფები შეიცავს ვიტამინების
უნიკალურ ნაკრებს და ბიოლოგიურად აქტიურ ნივთიერებებს:
პიგმენტებს, კაროტინებს, ვიტამინებს – C, P, B₁, B₂, B₆, ცხიმოვან ზე-
თებს, ძმრის, ნიკოტინის და ქარვის მჟავას, მთრიმლავ ნივთიერე-
ბებს, კუმარინებს, ფლავონოიდებს, ეთერზეთებს, მიკროელემენტებს
– კალიუმს, კალციუმს, მაგნიუმს და სხვა.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ქაცვის ნაყოფები ხასიათდება ან-
ტიოქსიდანტური და ბაქტერიოციდული მოქმედებით, აძლიერებს
ორგანიზმის იმუნიტეტს, ნივთიერებათა ცვლას, რეგენერაციას, და-
დებითად მოქმედებს საჭმლის მომნელებელ ტრაქტზე, განსაკუ-
თრებით – წყლულის შემთხვევაში. გამოიყენება კუჭის წვენის და-
ბალი მჟავიანობის, შეკრულობის, ტოქსიკური ჰეპატიტის სამკუ-
რნალოდ. ქაცვის ნაყოფებისაგან მიღებული ზეთი გამოიყენება
კანის დაზიანების, დამწვრობის, ტროფიკული წყლულების, ნაწ-
ოლების, საშვილოსნოს ყელის წყლულის, ჰაიმორიტის, ქრონიკული
ტონზილიტის, პულპიტის, პარადონტიტის და ათეროსკლეროზის
სამკურნალოდ.

ქერიფქლა, ბამბიქულა
Verbascum thapsus L.
 Медвежье ухо



დახასიათება. მძმდე სიმაღლის თეთრად შებუსული, ორწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა შავწამალასებრთა (Scrophulariaceae) ოჯახიდან სწორმდგომი ღეროთი და მორიგეობით განლაგებული წაგრძელებული, კიდემთლიანი ფოთლებით. ყვითელი ყვავილები მოთავსებულია ღეროს წვერში. ისინი ქმნიან მტევან ყვავილედს. ნაყოფი კოლოფია, მრავალი წვრილი თესლით. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე მშრალ ქვიან ადგილებში.

სამკურნალო ნედლეულია ყვავილები ჯამის ფოთოლაკების გარეშე, რომლებსაც აგროვებენ მშრალ ამინდში, ფენენ თხლად და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ყვავილები შეიცავს 2,5% ლორწოვან ნივთიერებებს, 11% შაქრებს, საპონინებს, ეთერზეთებს, კუმარინებს, ფლავონოიდებს.

გამოყენება. სამედიცინო პრაქტიკაში ყვავილები გამოიყენება დამარბილებელ საშუალებად ძლიერი ხველებისა და სასუნთქი გზების დაავადების დროს. ყვავილებისაგან ამზადებენ ნაყენს შემდეგი წესით: 20 გ ნედლეულს ასხამენ 200 მლ მდუღარე წყალს, აჩერებენ 6 სთ-ით, წურავენ და დებულობენ ყავის ჭიქით 3-4-ჯერ დღეში.

ქინძი
Coriandrum sativum L.
Кориандр обыкновенный

დახასიათება. 70 სმ სიმაღლის ერთწლიანი ზალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (Apiaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, შიშველი, მრგვალი, ღარებიანი. ფესვთანური ფოთლები ყუნწიანია, ფრთისებრ განკვეთილი, შუა და ზედა ფოთლები მჯდომარეა. წვრილი, თეთრი ან ვარდისფერი ყვავილები შეკრებილია რთულ ქოლგა ყვავილედე-



ბად. ნაყოფები არომატული, სფეროსებური ტყუპი თესლურაა. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფი მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელება. კულტივირებული საბოსტნე მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები, როლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს 0,7-1% ეთეროვან ზეთებს, რომლის შემადგენლობაში შედის 5%-მდე გერანიოლი, ბორნეოლი, ტერპინოლენი, პინენი. ცხიმებს, რომლის შემადგენლობაში შედის: 92% გლიცერიდები, 7,5% არასაპნოვანი ნივთიერებები, ალკალოიდები, A და C ვიტამინები.

გამოყენება. ნაყოფების ნახარში გამოიყენება, როგორც ნაღველმდენი, საჭმლის მომწელებელი სისტემის გამამძლიერებელი, გაზების გამომყოფი, ტკივილდამაყუჩებელი და ჭრილობების შემახორცებელი საშუალება. ნახარშის მოსამზადებლად 1 ჩაის კოვზ დაფქულ ნაყოფებს ასხამენ 200 მლ მდუღარე წყალს, ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 15 წთ-ს, აჩერებენ 40 წთ-ს, წურავენ და ღებულობენ 2 ს/კ-ით 3-4-ჯერ დღეში.

ქლიავი
Prunus domestica L.
 Слива



დახასიათება. ფოთოლ-მცვენი ხეა ვარდისებრთა (*Rosaceae*) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი ყავისფერია, ფოთლები ელიფსური, ხერხები-ილა, მორიგეობით განლაგებული. თეთრი ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი მოყავისფრო-მოშავო, გლუვი, პრიალა კურკიანაა. ყვავილობს მაის-

ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელება. კულტივირებული ხეხილოვანი მცენარეა.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფების ჩირი, რომლებსაც ამზადებენ მწიფე ნაყოფებისგან.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს შაქრებს, პექტინოვან ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებს, ვიტამინებს.

გამოყენება. ნაყოფების ჩირი ეფექტური საშუალებაა შეკრულობის წინააღმდეგ.

ქრისტესბეჭედა
Sanicula europaea L.
 Подлесняк европейски

დახასიათება. 20-70 სმ სიმაღლის სწორმდგომი, მრავალწლოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (*Apiaceae*) ოჯახიდან. ფოთლები ფესვთანურია, მომრგვალო, 3-5-ნაკვეთიანი, ხერხები-ილა, გრძელი ყუნწით. წვრილი, მოთეთრო-მოვარდისფრო ყვავილები ქმნიან

თავაკ ყვავილეებს, რომლებიც თავის მხრივ ქოლგებად იკრიბება. ნაყოფი ყავისფერი კაუჭიანი თესლურაა. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან მაღალი მთის სარტყლამდე, გვხვდება დაჩრდილულ ადგილებში, ნაძვნარში, წიფლნარში, ნაძვნარ-სოჭნარში.



ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ-
ლ ი ა ნორჩი ყლორტები, რომელსაც აგროვენებენ ყვავილობის პერიოდში, ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა.
ყლორტები შეიცავს გლიკოზიდებს, ლორწოს, ფლავონოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მცენარის ნორჩი ყლორტების წყალზე ნაყენი გამოიყენება ხველების წინააღმდეგ და ფილტვებიდან სისხლღებინების დროს. ნაყენი მზადდება შეფარდებით 1:10.

ქრისტესისხლა *Chelidonium majus L.* Чистотел

დახასიათება. 60- 100 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ყაყაოსებრთა (Papaveraceae) ოჯახიდან. ყუნწიანი, კენტფრთართული ფოთლების ნაწილი ფესვის ყელთან არის შეკრებილი, ნაწილი კი დეროზე მორიგეობითაა განლაგებული. ისინი ზე-



და მხრიდან ღია მწვანეა, ქვედა მხრიდან კი მოთეთრო-ვერცხლისფერი, წვრილი თეთრი ბუსუსების არსებობის გამო. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია კენწრულ ქოლგებად. ნაყოფი გრძელი კოლოფია, რომელიც ჰგავს ჭოტს მრავალრიცხოვანი შავი თესლით. ყვავილობს აპრილ-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება მაის-აგვისტოში. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ნარინჯისფერ რძეწვენს.

გ ა ვ რ ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება საცხოვრებელ სახლებთან, გზების გასწვრივ, დანაგვიანებულ, ქვიან და სხვა ადგილებში. სარეველაა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა ნაწილი (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ კოკრობის და ყვავილობის პერიოდში. ამრობენ სწრაფად ორპირ ქარში, რადგან რაც უფრო სწრაფად შრება ბალახი, მით მეტად ინახება მასში რძეწვენი. ნედლეულის შენახვის ვადა 3 წელია.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ალკალოიდებს, ფოთლებში – 2%-ს, ფესვებში – 4%-ს. ალკალოიდებიდან აღსანიშნავია ხელიდონინი, სანგვინარინი, ხელერიტრინი, ჰემოხელიდონინი, ასევე, შეიცავს კაროტინს, ასკორბინის მჟავას, ორგანულ მჟავებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ცდებით დადგენილია, რომ ქრისტესისხლას პრეპარატები აჩერებს ავთვისებიანი სიმსივნის ზრდას, აფერხებს მეტასტაზების განვითარებას, ამიტომაც, გამოიყენება კიბოს ოპერაციის შემდეგ, ასევე, სიმსივნისწინა მდგომარეობის (პოლიპების) დროს.

მცენარის პრეპარატებმა განსაკუთრებით კარგი შედეგი გამოიღო გარეგანი სიმსივნეების, კერძოდ, ტუჩის, კანის, შარდგამომყოფი ხვრელის, საშვილოსნოს ყელის კიბოს მკურნალობაში. ქრისტესისხლას ბალახის ნაყენი გამოიყენება აგრეთვე ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის სხვადასხვა დაავადების (ციროზის, ჰეპატიტის, ქოლეცისტიტის), წყლულების, პოლიკისტოზების სამკურნალოდ.

ქრისტესისხლას პრეპარატებს გააჩნიათ ფუნგისტატიკური და ბაქტერიოციდული მოქმედება თვით ტუბერკულოზის ჩხირის მიმართაც.

ხალხურ მედიცინაში ქრისტესისხლას წვენი გამოიყენება მეჭე-
ყების და კოყრების მოსაცილებლად.

აჭარის ხალხურ მედიცინაში ბალახისაგან ამზადებენ ნაყენს,
რისთვისაც 10 გ (1 ჩ/კ) ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/ჭ მდულარე წყალს,
აჩერებენ 1 ღამეს, წურავენ და იღებენ ყავის ქიქით ჭამამდე 0,5 სთ-
ით ადრე. მცენარე ტოქსიკურია, ამიტომ საჭიროა დოზების ზუსტი
დაცვა.

ღანძილი

Allium ursinum L.

Лук медвежий

დახასიათება. 15-20 სმ
სიმაღლის მრავალწლიანი, ბოლქვიანი
ბალახოვანი მცენარეა შროშანასებრთა
(Liliaceae) ოჯახიდან. სამწახნაგოვანი
ღეროს ფუძიდან ვითარდება 2 გრძელ-
ყუნწიანი, ღანცეტა ფოთოლი. წვრილი,
თეთრი ყვავილები შეკრებილია ბურთი-
სებურ ნახევარქოლგებად. ნაყოფი კო-
ლოფია 3 თესლით. ყვავილობს აპრილ-
ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-
აგვისტოში.



გავრცელება. იზრდება
მთის ქვედა და შუა სარტყლის მდინარეთა ტენიან ხეობებში. გავ-
რცელების ადგილია გონიო, ჩაქვისთავი.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ყვე-
ლა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ნედლ მდგომარეობაში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ფიტონციდებს, ეთეროვან ზეთებს, C და B ვიტამინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილს ნედლი, დამარილებული და დამწნილებული სახით იყენებენ სურავანდის და ათეროსკლეროზის დროს. გააჩნია ქიების დამდენი თვისებაც.

ღვედკეცი *Periploca graeca* L. Обвойник греческий



დახასიათება. 15-30 მ სიგრძის გართხმული ან მცოცავი ბუჩქია ღვედკეცისებრთა (Asclepiadaceae) ოჯახიდან, ფოთლები მოპირისპირედ განლაგებული, მოკლეყუნწიანი, შიშველი, კვერცხისებურდლანცეტაა, 6-10 სმ სიგრძის. ყვავილები გრძელყუნწიანია, მომწვანო-ისფერი. ისინი შეკრებილია ექვსყვავილიან ნახევარქოლგებად. ნაყოფი წყვილად განლაგებული, 9-15 სმ სიგრძის რკალისებური, გლუვი, მუ-

ქი ყავისფერი ფოთლურაა, მრავალი, ბეწვიანი თესლით. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს შხამიან რძეწვენს. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებზე, ფერდობებზე, სილნარებზე და სანაპირო გორაკებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ღეროს ქერქი, რომელსაც აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე, თებერვალდმარტში, ღეროში წვენთა მოძრაობის დაწყებამდე. ქერქი შიგნიდან ყვითელია და გლუვი, აქვს

მწარე გემო, ამრობენ შეგროვებისთანავე ჩრდილში, ორპირ ქარში ან სასრობში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ქერქი შეიცავს საგულე გლიკოზიდებს, რომელთა შორის მნიშვნელოვანია პერიპლოცინი.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. გლიკოზიდი პერიპლოცინი გამოიყენება 0,025%-იანი ხსნარის სახით ამპულებში, გულის უკმარისობისას და სისხლის მიმოქცევის მოშლილობის დროს.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი, რისთვისაც 5 გ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/ქ მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 სთ-ის განმავლობაში. ღებულობენ ს/კ -ით 3-ჯერ დღეში.

ყვითელი დუმფარა *Nuphar lutea (L.) Smith.*

Желтая кувшинка

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. მრავალწლიანი ჭაობის ბალახოვანი მცენარეა დუმფარასებრთა (Nymphaeaceae) ოჯახიდან. წყალსატევის ფსკერზე უვითარდება მცოცავი ფესურა, საიდანაც გამოდის გრძელყუნწიანი, ფართოკვერცხისებური, ფუძესთან ღრმად ამოკვეთილი ფოთლები. ყვითელი, 5-6 სმ დიამეტრის ყვავილები ვითარდება წყლის ზედაპირზე. ნაყოფი კოლოფია, მრავალი თესლით. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში. იშვიათია. შხამიანია.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ქობულეთსა და ოჩხამურს შორის მდებარე ჭაობებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები, რომლებსაც ამზადებენ გაზაფხულიდან შემოდგომამდე (ნედლეულის შეგროვების დროს საჭიროა სიფრთხილე, რადგანაც ნედლეული შხამიანია), რეცხავენ გამდინარე წყალში, აცილებენ ფესვებს და ქერქლებს, ჭრიან 1-1,5 სმ სიგრძის ნაჭრებად და აშრობენ საშრობ ღუმელში 50-60 -ზე ან ორპირ ქარში

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურები შეიცავს 0,4% ალკალოიდებს, რომელთა შორის 12% ნუფარიდინია, ასევე შეიცავს 2,3% მთრიმლავ ნივთიერებებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფესურა შედის სიმსივნის საწინააღმდეგო ნაჯერების შემადგენლობაში. ასევე ფესურისაგან ამზადებენ პრეპარატ ლუტენურინს, რომელიც გამოიყენება ტრიქომონადური დაავადებების სამკურნალოდ.

ყვითელი ყაყაჩურა *Glaucium flavum* Grantz Глауциум желтый



დახასიათებ ა. 0,5-1 მ-მდე სიმაღლის ორწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ყაყაჩოსებრთა (Papaveraceae) ოჯახიდან. ფესვთანური ფოთლები მონაგრისფროა, მოკლეყუნწიანი, ღეროსეული ფოთლები ღერომხვევია. ყვავილები მარტოულია, ყვითელი, კენწრული. ნაყოფი კოლოფია. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება

ზღვისპირა სილნარებზე და ქვიშნარებზე. გავრცელებულია ბათუმში, გონიოში, სარფში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მიწისზედა მასა შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთა მთავარი კომპონენტია გლაუცინი.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მიწისზედა მასისაგან ოფიცილურ მედიცინაში მზადდება ხველების საწინააღმდეგო პრეპარატი გლაუცინის ჰიდროქლორიდი, რომელიც თავისი მოქმედების სიძლიერით აღემატება კოდეინს.

ყურძენი

Vitis vinifera L.

Виноград европейский

დახასიათება. 30-40 მ სიგრძის მრავალწლოვანი, მერქნიანი ლიანაა ყურძნისებრთა (Vitaceae) ოჯახიდან. ახალგაზრდა მცენარის ღეროს ქერქი მოყვითალო ან მოწითალოა, ასაკოვანისა – ყავისფერი. ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული, ყუნწიანი, 3 ან 5-ნაკვთიანი, სუსტად შებუსული. პატარა, ორსქესიანი ყვავილები მომწვანო ფერისაა, შეკრებილია მტევან ყვავილედებად. ნაყოფი კენკრაა. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში. არსებობს მისი სხვადასხვა ჯიში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული ხილეულია.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა . ნაყოფი შეიცავს 20% შაქარს, 5,5% საქაროზას, კვერციტინს, გლიკოზიდებს; 2,5% ორგანულ მჟავებს, მათ შორის: 60% ვაშლის, 40% ღვინის, მჟაუნმჟავას და სალიცილის მჟავას, C და B ჯგუფის ვიტამინებს. ნაყოფის კანში ნაპოვნია მთრიმლავი და საღებავი ნივთიერებები, ფიტოსტერინი, პალმიტინის მჟავა. თესლებში აღმოჩენილია 20%-მდე ყურძნის ზეთი, მთრიმლავი ნივთიერებები, გლიკოზიდები. ფოთლები შეიცავს 20% შაქარს, ინოზიტს, კვერციტინს, ღვინოსა და ვაშლის მჟავებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა . მედიცინაში ნაყოფების წვენს იყენებენ ჰიპერტონული დაავადებების, საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებების, ტუბერკულოზის, სისხლნაკლებობის, ქრონიკული ნეფრიტის, ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის სამკურნალოდ.

შავბალახა

Leonurus quinquelobatus Gilib.

Пустырник пятилопастный

დახასიათება.

1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, გახევებულფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, ოთხწახნაგა. ყუნწიანი ფოთლები ღეროზე მოპირისპირედაა განლაგებული. ისინი



კვერცხისებურია და გაყოფილია 5 წაგრძელებულ დაკბილულ ნაწ-

ილად. ორტუჩა ვარდისფერი ყვავილები განლაგებულია ფოთლის ილიებში. ჯამის ფოთოლაკები ეკლიანია, ნაყოფი 4-ად გაყოფილი კაკლუჭაა. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებში და მთისწინეთში, ტენიან ფერდობებზე, ბაღებში, ჩაის პლანტაციებში. ადგილსამყოფელია მწვანე კონცხი, ჩაქვი.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა ნაწილი, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში ან საშრობში 50-60°C -ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბალახი შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, ალკალოიდებს, საპონინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფლავონოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. შავბალახას პრეპარატები წარმოადგენს დამამშვიდებელ საშუალებას ცენტრალური ნერვული სისტემის აგზნებულობის და უძილობის დროს, ასევე აუმჯობესებს გულის მუშაობის აჩქარებულ რიტმს, აწესრიგებს წნევას. მცენარისაგან ამზადებენ პრეპარატებს: შავბალახას თხიერი ექსტრაქტს, შავბალახას ნაყენს სპირტზე კატაბალახასთან ერთად და აბებს.

ოჯახურ პირობებში ამზადებენ ნაყენს 15 გ ბალახისა და 1 ჩ/ჭიქა ადუღებული წყლისაგან. იღებენ 3-5-ჯერ დღეში თითო ს/კ-ით ჭამამდე 1 სთ-ით ადრე.

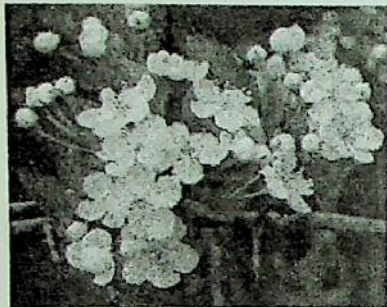
შავი კუნელი

Crataegus pentagyna Waldst. & Kit.

Боярышник черный

დახასიათებ ა. 3-10 მ სიმაღლის მეჩხერეკლიანი ან უეკლო დაბალი ხეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. მოკლეყუნწიანი ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული ღეროზე, ისინი უკუკვერცხისებურია, თათისებრდანაკვეთული, ზემოდან

პრილა. თეთრი ყვავილები შეკრებილია რთულ ფარისებურ ყვა-



ვილედებად. ნაყოფი მრგვალი, შავი კენკრაა მუქი წითელი რბილობით და 3 თესლით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება აჭარისწყლის ხეობის შუა სარტყლში კლდეებზე, გაჩეხილ ტყეებში, ტყისპირებზე და ქვა-

ლორდიან ფერდობებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ყვავილები და ნაყოფები, რომლებიც უნდა შეგროვდეს მშრალ ამინდში. აქვნობენ ჰაერზე და ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ყვავილები შეიცავს ფლავონურ გლიკოზიდებს, ფენოლებს, აცეტილქოლინს, კვერცეტინს, ქოლინს. ნაყოფები შეიცავს ჰიპეროზიდებს, მთრიმლაკ ნივთიერებებს, აცეტილქოლინს, ქოლინს და ტრიმეთილამინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში კუნელს იყენებენ უძველესი დროიდან. კუნელის პრეპარატები აძლიერებს გულის კუნთის შეკუმშვას, ამცირებს მის აგზნებადობას, აძლიერებს სისხლის მიმოქცევას გულსა და ტვინში, ახდენს გულის მუშაობის რიტმის მოწესრიგებას, ამცირებს სისხლის წნევას და ქოლესტერინის რაოდენობას სისხლში. სააფთიაქო ქსელში ნაყოფებისაგან ამზადებენ ნაყენს და თხიერ ექსტრაქტს, რომელიც შედის კარდიოვალენის შემადგენლობაში.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი შემდეგი წესით: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფს ან ყვავილებს ახხამენ 1 ჩ/ჭიქა არაყს, ათავსებენ თავდახურულ ქურჭელში და აჩერებენ 7 დღეს. შემდეგ წურავენ და იღებენ 20-30 წვეთს დღეში 3-4ჯერ ჭამამდე. ნაყენი მზადდება ადუღებული წყლითაც, იმავე დოზით, გაცივების შემდეგ წურავენ და ღებულობენ 3-4 სუფრის კოვზს 3-4ჯერ დღეში.

შავი მოცხარი
Ribes biebersteinii Berl. ex DC.
Черная смородина

დახასიათება. 1-2 მ სიმაღლის ბუჩქია მოცხარისებრთა (Ribesaceae) ოჯახიდან. ყუნწიანი, დანაკვეთული ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული ღეროზე. ყვავილები მუქი წითელია, მტევნებად შეკრებილი. ნაყოფი შავი კენკრაა. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში.



გავრცელება. იზრდება მთის შუა სარტყლიდან სუბალპებამდე, გვხვდება ქვეტყეში და მინდვრებში. შეყვანილია კულტურაში.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები და ფოთლები. ფოთლებს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ნაყოფებს – სრული სიმწიფის დროს. აქცნობენ ჰაერზე და ამრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს 0,4 მგ/% C ვიტამინს, 0,003% კაროტინს, B და P ვიტამინებს, 13% შაქრებს, 3% ორგანულ მჟავებს, პექტინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, მიკროელემენტებს: კალიუმს, კალციუმს, რკინას, მანგანუმს, ფოსფორს. ფოთლები შეიცავს ეთერზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ვიტამინ C-ს – 0,25 მგ/%, ალკალოიდებს. C ვიტამინის შემცველობით მოცხარის ნაყოფსა და ფოთლებს მცენარეულ ნედლეულს შორის ერთ-ერთი პირველი ადგილი უჭირავს.

გამოყენება. ნაყოფები და ფოთლები გამოიყენება ვიტამინების ნაკლებობის, ორგანიზმის გამოფიტვის, სურავანდის, ათეროსკლეროზის, ჰიპერტონული დაავადებების, რევმატიზმის, პოდაგრის, შარდის შეკავების, წყალმანკის, კუჭის ქრონიკული აშლილობის

პრილა. თეთრი ყვავილები შეკრებილია რთულ ფარისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი მრგვალი, შავი კენკრაა მუქი წითელი რბილობით და 3 თესლით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება აჭარისწყლის ხეობის შუა სარტყლში კლდეებზე, გაჩეხილ ტყეებში, ტყისპირებზე და ქვა-

ლორდიან ფერდობებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ყვავილები და ნაყოფები, რომლებიც უნდა შეგროვდეს მშრალ ამინდში. აქენობენ ჰაერზე და აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ყვავილები შეიცავს ფლავონურ გლიკოზიდებს, ფენოლებს, აცეტილქოლინს, კვერცეტინს, ქოლინს. ნაყოფები შეიცავს ჰიპეროზიდებს, მთირმლავ ნივთიერებებს, აცეტილქოლინს, ქოლინს და ტრიმეთილამინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში კუნელს იყენებენ უძველესი დროიდან. კუნელის პრეპარატები აძლიერებს გულის კუნთის შეკუმშვას, ამცირებს მის აგზნებადობას, აძლიერებს სისხლის მიმოქცევას გულსა და ტვინში, ახდენს გულის მუშაობის რიტმის მოწესრიგებას, ამცირებს სისხლის წნევას და ქოლესტერინის რაოდენობას სისხლში. სააფთიაქო ქსელში ნაყოფებისაგან ამზადებენ ნაყენს და თხიერ ექსტრაქტს, რომელიც შედის კარდიოვალენის შემადგენლობაში.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი შემდეგი წესით: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფს ან ყვავილებს ასხამენ 1 ჩ/ჭიქა არაყს, ათავსებენ თავდახურულ ქურჭელში და აჩერებენ 7 დღეს. შემდეგ წურავენ და იღებენ 20-30 წვეთს დღეში 3-4-ჯერ ჭამამდე. ნაყენი მზადდება ადუღებული წყლითაც, იმავე დოზით, გაცივების შემდეგ წურავენ და ღებულობენ 3-4 სუფრის კოვზს 3-4-ჯერ დღეში.

შავი მოცხარი
Ribes biebersteinii Berl. ex DC.
Черная смородина

დახასიათება. 1-2 მ სიმაღლის ბუჩქია მოცხარისებრთა (Ribesaceae) ოჯახიდან. ყუნწიანი, დანაკვეთული ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული ღეროზე. ყვავილები მუქი წითელია, მტევნებად შეკრებილი. ნაყოფი შავი კენკრაა. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში.



გავრცელება. იზრდება მთის შუა სარტყლიდან სუბალპებამდე, გვხვდება ქვეტყეში და მინდვრებში. შეყვანილია კულტურაში.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები და ფოთლები. ფოთლებს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ნაყოფებს – სრული სიმწიფის დროს. აჰკნობენ ჰაერზე და აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს 0,4 მგ% C ვიტამინს, 0,003% კაროტინს, B და P ვიტამინებს, 13% შაქრებს, 3% ორგანულ მჟავებს, პექტინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, მიკროელემენტებს: კალიუმს, კალციუმს, რკინას, მანგანუმს, ფოსფორს. ფოთლები შეიცავს ეთერზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ვიტამინ C-ს – 0,25 მგ%, ალკალოიდებს. C ვიტამინის შემცველობით მოცხარის ნაყოფსა და ფოთლებს მცენარეულ ნედლეულს შორის ერთ-ერთი პირველი ადგილი უჭირავს.

გამოყენება. ნაყოფები და ფოთლები გამოიყენება ვიტამინების ნაკლებობის, ორგანიზმის გამოფიტვის, სურავანდის, ათეროსკლეროზის, ჰიპერტონული დაავადებების, რევმატიზმის, პოდაგრის, შარდის შეკავების, წყალმანკის, კუჭის ქრონიკული აშლილობის

დროს. ნაყოფი შედის ვიტამინური ნაკრების შემადგენლობაში. ვიტამინების მისაღებად 2 ს/კ გამომშრალ ნაყოფებს ასხამენ 2 R/კ მდულარე წყალს, გაცივების შემდეგ წურავენ და ღებულობენ 3-4 – ჯერ დღეში. ფოთლის ნახარშის მოსამზადებლად 1-2 ჩაის კოვზ ფოთოლს ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა ცივ წყალს, ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 15 წთ-ის განმავლობაში, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ ჩაის კოვზით 3-ჯერ დღეში.

ხალხურ მედიცინაში ახალ და გამომშრალ ნაყოფს იყენებენ, როგორც ოფლმდენ და შარდმდენ საშუალებას.

მსგავსი გამოყენება აქვს წითელ მოცხარს – *R. Alpinum* L.

შვიტა

Equisetum arvense L.

Хвощ полевой



დახასიათება. 50-70 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ბალახოვანი, ფესურიანი, სპოროვანი მცენარეა შვიტასებრთა (*Equisetaceae*) ოჯახიდან. ადრე გაზაფხულზე თებერვალ-მარტში ფესურისაგან ვითარდება ყავისფერი ღერო, წვერში სასპორე თავთავით, რომელშიც სპორები მწიფდება. სპორების გამოზნევის შემდეგ ყავისფერი ღერო ხმება და მის ნაც-

ვლად ვითარდება დამუხლული ღერო, მწვანე ტოტებით.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გავრცელებულია ტენიან ადგილებში, ჭაობების, ტბების, მდინარეების ნაპირებთან, მინდვრებში, რკინიგზის გასწვრივ.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მწვანე ყლორტები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნედლეული შეიცავს საპონინ ეკვი-ზეტონინს, ალკალოიდ ეკვიზეტინს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ცილებს, ცხიმოვან ზეთებს, მინერალურ მარილებს, კაროტინს, C ვიტამინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში შვიტის ნაყენი უძველესი დროიდან გამოიყენება შარდმდენ საშუალებად შარდის ბუშტისა და საშარდე გზების ანთებითი პროცესების დროს. მისი პრეპარატები აძლიერებს შარდის გამოყოფას, ამცირებს შარდში ცილების რაოდენობას, აუბჯობებს ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლას, ამცირებს ანთებით პროცესებს, ახორცებს ჭრილობებს, ხასიათდება სისხლდენის შემაჩერებელი და ანტისეპტიკური მოქმედებით. ნაყენის მომზადება: 4 ს/კ გამხმარ ბალახს ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 სთ-ს, წურავენ და ღებულობენ ყავის ჭიქით 4-5 -ჯერ დღეში.

მსგავსი გამოყენება აქვს დიდ შვიტას *E. majus* Gars.

შინდი

Cornus mas L.

Кизил

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 6-7 მ სიმაღლის ხეა ან ბუჩქი, შინდისებრთა (*Cornaceae*) ოჯახიდან. ფოთლები კვერცხისებური ან ლანცეტაა, მორიგეობით განლაგებული, 10 სმ-მდე სიგრძის, მოკლეყუნწიანი. ყვავილები ყვითელია, ოთხწევრიანი, შეკრებილია ქოლგისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი ოვალური, წვნიანი, მუქი წითელი კურკიანაა. ყვავილობს ფოთლების გაშლამდე მარტ-აპრილში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

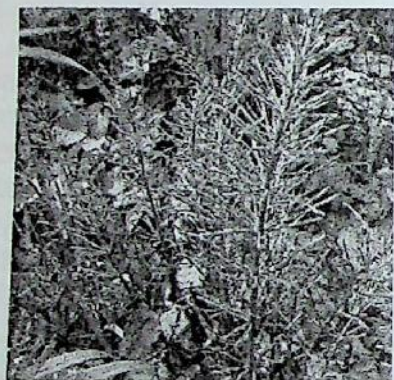
გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული ხეხილოვანი მცენარეა.

დროს. ნაყოფი შედის ვიტამინური ნაკრების შემადგენლობაში. ვიტამინების მისაღებად 2 ს/კ გამომშრალ ნაყოფებს ასხამენ 2 ჩ/კ მდულარე წყალს, გაცივების შემდეგ წურავენ და ლებულობენ 3-4 – ჯერ დღეში. ფოთლის ნახარშის მოსამზადებლად 1-2 ჩაის კოვზ ფოთოლს ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა ცივ წყალს, ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 15 წთ-ის განმავლობაში, აცივებენ, წურავენ და ლებულობენ ჩაის კოვზით 3-ჯერ დღეში.

ხალხურ მედიცინაში ახალ და გამომშრალ ნაყოფს იყენებენ, როგორც ოფლმდენ და შარდმდენ საშუალებას.

მსგავსი გამოყენება აქვს წითელ მოცხარს – *R. Alpinum* L.

შვიტა *Equisetum arvense* L. Хвощ полевой



დახასიათება. 50-70 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ბალახოვანი, ფესურიანი, სპოროვანი მცენარეა შვიტასებრთა (*Equisetaceae*) ოჯახიდან. ადრე გაზაფხულზე თებერვალ-მარტში ფესურისაგან ვითარდება ყავისფერი ღერო, წვერში სასპორე თავთავით, რომელშიც სპორები მწიფდება. სპორების გამოზნევის შემდეგ ყავისფერი ღერო ხმება და მის ნაცვლად ვითარდება დამუხლული ღერო, მწვანე ტოტებით.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გავრცელებულია ტენიან ადგილებში, ჭაობების, ტბების, მდინარეების ნაპირებთან, მინდვრებში, რკინიგზის გასწვრივ.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მწვანე ყლორტები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნედლეული შეიცავს საპონინ ეკვი-ზეტონინს, ალკალოიდ ეკვიზეტინს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ცილებს, ცხიმოვან ზეთებს, მინერალურ მარილებს, კაროტინს, C ვიტამინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში შვიტის ნაყენი უძველესი დროიდან გამოიყენება შარდმდენ საშუალებად შარდის ბუშტისა და საშარდე გზების ანთებითი პროცესების დროს. მისი პრეპარატები აძლიერებს შარდის გამოყოფას, ამცირებს შარდში ცილების რაოდენობას, აუშჯობებს ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლას, ამცირებს ანთებით პროცესებს, ახორცებს ჭრილობებს, ხასიათდება სისხლდენის შემაჩერებელი და ანტისეპტიკური მოქმედებით. ნაყენის მომზადება: 4 ს/კ გამხმარ ბალახს ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 სთ-ს, წურავენ და დებულობენ ყავის ჭიქით 4-5 -ჯერ დღეში.

მსგავსი გამოყენება აქვს დიდ შვიტას *E. majus* Gars.

შინდი

Cornus mas L.

Кизил

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 6-7 მ სიმაღლის ხე ან ბუჩქი, შინდისებრთა (*Cornaceae*) ოჯახიდან. ფოთლები კვერცხისებური ან ლანცეტაა, მორიგეობით განლაგებული, 10 სმ-მდე სიგრძის, მოკლეყუნწიანი. ყვავილები ყვითელია, ოთხწევრიანი, შეკრებილია ქოლგისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი ოვალური, წენიანი, მუქი წითელი კურკიანაა. ყვავილობს ფოთლების გამლამდე მარტ-აპრილში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული ხეხილოვანი მცენარეა.

დროს. ნაყოფი შედის ვიტამინური ნაკრების შემადგენლობაში. ვიტამინების მისაღებად 2 ს/კ გამომშრალ ნაყოფებს ასხამენ 2 ჩ/კ მდულარე წყალს, გაცივების შემდეგ წურავენ და ღებულობენ 3-4 – ჯერ დღეში. ფოთლის ნახარშის მოსამზადებლად 1-2 ჩაის კოვზ ფოთოლს ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა ცივ წყალს, ადუღებენ წყლის აბაზანაზე 15 წთ-ის განმავლობაში, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ ჩაის კოვზით 3-ჯერ დღეში.

ხალხურ მედიცინაში ახალ და გამომშრალ ნაყოფს იყენებენ, როგორც ოფლმდენ და შარდმდენ საშუალებას.

მსგავსი გამოყენება აქვს წითელ მოცხარს – *R. Alpinum* L.

შვიტა *Equisetum arvense* L. Хвощ полевой



დახასიათება. 50-70 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ბალახოვანი, ფესურიანი, სპოროვანი მცენარეა შვიტასებრთა (*Equisetaceae*) ოჯახიდან. ადრე გაზაფხულზე თებერვალ-მარტში ფესურისაგან ვითარდება ყავისფერი ღერო, წვერში სასპორე თავთავით, რომელშიც სპორები მწიფდება. სპორების გამოზნევის შემდეგ ყავისფერი ღერო ხმება და მის ნაცვლად ვითარდება დამუხლული ღერო, მწვანე ტოტებით.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გავრცელებულია ტენიან ადგილებში, ჭაობების, ტბების, მდინარეების ნაპირებთან, მინდვრებში, რკინიგზის გასწვრივ.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მწვანე ყლორტები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნედლეული შეიცავს საპონინ ეკვი-ზეტონინს, ალკალოიდ ეკვიზეტინს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ცილებს, ცხიმოვან ზეთებს, მინერალურ მარილებს, კაროტინს, C ვიტამინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში შვიტის ნაყენი უძველესი დროიდან გამოიყენება შარდმდენ საშუალებად შარდის ბუშტისა და საშარდე გზების ანთებითი პროცესების დროს. მისი პრეპარატები აძლიერებს შარდის გამოყოფას, ამცირებს შარდში ცილების რაოდენობას, აუმჯობესებს ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლას, ამცირებს ანთებით პროცესებს, ახორცებს ქრილობებს, ხასიათდება სისხლდენის შემაჩერებელი და ანტისეპტიკური მოქმედებით. ნაყენის მომზადება: 4 ს/კ გამხმარ ბალახს ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 სთ-ს, წურავენ და დებულობენ ყავის ჭიქით 4-5 -ჯერ დღეში.

მსგავსი გამოყენება აქვს დიდ შვიტას *E. majus* Gars.

შინდი

Cornus mas L.

Кизил

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 6-7 მ სიმაღლის ხეა ან ბუჩქი, შინდისებრთა (Cornaceae) ოჯახიდან. ფოთლები კვერცხისებური ან ლანცეტაა, მორიგეობით განლაგებული, 10 სმ-მდე სიგრძის, მოკლეყუნწიანი. ყვავილები ყვითელია, ოთხწევრიანი, შეკრებილია ქოლგისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი ოვალური, წვნიანი, მუქი წითელი კურკიანაა. ყვავილობს ფოთლების გაშლამდე მარტ-აპრილში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. კულტივირებული ხეხილოვანი მცენარეა.



სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები, რომელსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, ფენენ თხლად და აშრობენ ორპირქარში ან საშრობში 50-60° - ზე.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს 10% -მდე შაქრებს, ძირითადად გლუკოზასა და ფრუქტოზას, 2-3 % ორგანულ მუკებს, პექტინებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, C და P ვიტამინებს, ფიტონციდებს. C ვიტამინის შემცველობით შინდის ნაყოფი აღმატება შავ მოცხარს.

გამოყენება. მედიცინაში შინდის ნაყოფებს იყენებენ კუჭნაწლავის აშლილობის დროს, როგორც კარგ შემკვრელ საშუალებას. შინდის ფიტონციდები დამლუპველად მოქმედებს ტიფისა და დიზენტერიის მიკრობებზე, კუჭის აშლილობის დროს იყენებენ ნაყოფის ნახარშსა და ნაყენს, რისთვისაც 10-20 გ ნაყოფს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, იღებენ 1/2 ჩაის ჭიქას დღეში 4-ჯერ. შემკვრელი მოქმედებით ხასიათდება ფოთლებიც, რომლისგანაც მზადდება ნაყენი: 1 სუფრის კოვზი - 1 ჩაის ჭიქა ადუღებულ წყალზე.

შხამა

Veratrum lobelianum Bernh.

Черемица

დახასიათება. 1,5 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა შროშანასებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. ღერო მსხვილია, ხშირადმეფოთლილი, ფოთლები ფართო, ელიფსური, 20 სმ სიგრძის და 16 სმ სიგანის, ქვედა მხრიდან მოკლე ბეწვებით დაფარული. მომწვანო-ყვითელი ბორობლისებური ყვავ-

ილები შეკრებილია აღმამდგომ საგველებად. ნაყოფი კოლოფია, ფრთიანი თესლებით. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში. შხამიანი მცენარეა.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება სუბალპური სარტყლის ტენიან მდელოებზე, ტყისპირებზე, სათიბებში, საძოვრებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ - ლ ე უ ლ ი ა ფესურა და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე, რეცხავენ, ფენ თხლად და აშრობენ ჩრდილში.

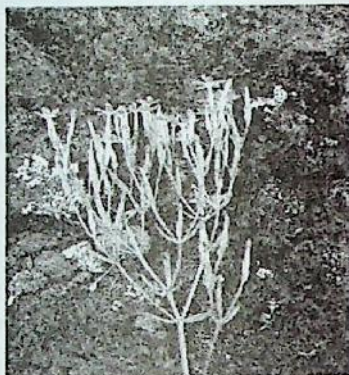


ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურა და ფესვები და შეიცავს 2,5% ალკალოიდებს (ვერატრინს, ვერატრამინს, ვერმინს და პროტოვერატრიდინს).

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. შხამას პრეპარატები გამოიყენება კანის სოკოვანი დაავადებისა და კანის პარაზიტების წინააღმდეგ. ამ მიზნით გამოიყენება ნახარში შემდეგი დოზით: 60-70 გ წვრილად დაჭრილ ნედლეულს ასხამენ 1 ლ წყალს, ხარშავენ 5-7 წთ-ით ნელ ცეცხლზე, გაგრილებულ ნახარშს მცირე დოზით ურევენ საფუარს და აჩერებენ 3 სთ-ის განმავლობაში. მასში დასველებულ საფენებს იდებენ სოკოთი დაავადებულ ადგილზე. განსაკუთრებით კარგ ეფექტს იძლევა ეგზემით დაავადების დროს. განუწყვეტელი მკურნალობით 1-2 კვირის განმავლობაში ავადმყოფები სრულად იკურნებიან. შხამას ფესვებისა და ფესურების სპირტზე ნაყენი (1:4) ნაცადი საშუალებაა ჭორფლისა და ხალების მოსაცილებლად.

ჩვეულებრივი ასისთავა
***Centaurium erythraea* Rafn**
Золототысячник зонтичный

დახასიათება. 30 სმ-მდე სიმაღლის, ორწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ნალველასებრთა (*Gentianaceae*) ოჯახიდან. ღეროი სწორმდგომია, ოთხხახნაგოვანი, ზედა ნაწილში დატოტვილი. ქვედა ფოთლები წაგრძელებულ-კვერცხისებურია, როზეტადაა შეკრებილი. ღეროსეული ფოთლები ელიფსურ-ლანცეტაა. ვარდისფერი, მოკლეყუნწიანი ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედებად. ნაყოფი ცილინდრული კოლოფია, მრავალრიცხოვანი მრგვალი მოყავისფრო თესლებით. ყვავილობს ივნის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.



გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან 1500 მ-ის სიმაღლემდე. გავრცელებულია მდელოებზე, მინდვრებში, მდინარეების, ტბების ნაპირებთან, ჭაობების შემოგარენში, ტყისპირებზე, ნასვენ მიწებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც ამზადებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში. მშრალ ნედლეულს ინახავენ 2 წლის განმავლობაში.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს 1%-მდე ალკალოიდებს, რომელთაგანაც უმთავრესია გენცინინი. შეიცავს ასევე გლიკოზიდებს, ეთერზეთებს, ოლეინმჟავას და ასკორბინის მჟავას.

გამოყენება. ბალახისაგან ამზადებენ ნაყენს და ნახარშს, რომელსაც იყენებენ მადის აღმძვრელად და ორგანიზმში საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად. პრეპარატები ახდენენ აგრეთვე

მსუბუქ გამხსნელ მოქმედებას კუჭის შეკრულობის დროს. ასისტავა განსაკუთრებით ეფექტურია კუჭის წვენი დაბალი მჟავიანობის და მეტეორიზმის დროს. იყენებენ ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის (ნაღველმდენი მოქმედების გამო) დაავადებების სამკურნალოდაც.

ნაყენის მომზადება: 1 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ბალახს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 30 წთ-ის განმავლობაში და ღებულობენ 3-4 ჯერ დღეში 1-2 ს/კ-ით ჭამამდე 30 წუთით ადრე. ნახარშს ამზადებენ 10 გრამი ბალახისა და 1 ჩაის ჭიქა წყლისაგან და ისევე იყენებენ, როგორც ნაყენს.

ხალხურ მედიცინაში ასისტავას იყენებენ კუჭის კატარის, შეკრულობის, ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების, სისხლნაკლებობის და ორგანიზმის სხვადასხვა დაავადებით დაუძლურების დროს.

ჩვეულებრივი თხილი

Corylus avellana L.

Лещина обыкновенная

დახასიათება. 7-10 მ სიმაღლის ფოთოლმცვენი, ერთსახლიანი ბუჩქია თხილისებრთა (*Corylaceae*) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი ღია ყავისფერია, გლუვი. ფოთლები მარტივია, ოვალური, შებუსუსული, მორიგეობით განლაგებული. ყვავილები ცალსქესიანია, რედუცირებული ყვავილსაფრით. მამრობითი ყვავილები მჭადებადაა შეკრებილი, მდედრობითი ყვავილები მარტოულია. ნაყოფი ერთესლიანი კაკალია. ყვავილობს ადრე გაზაფხულზე, თებერვალ-მარტში, ფოთლების გაშლამდე. ნაყოფები მწიფდება აგვისტოდსექტემბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან 2000–2100 მ-მდე, იზრდება, როგორც ღია ადგილებში, ისე ქვეტყეში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები, მერქანი და ქერქი. ნაყოფებს აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, ქერქს – ადრე გაზაფხულზე, ამრობენ ღია ცის ქვეშ.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. თხილის თესლი შეიცავს 70%-მდე ცხიმებს, 14–18% ცილებს, 2,5% საქაროზას, B და E ჯგუფის ვიტამინებს, რკინას. ქერქი შეიცავს ტანინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ხალხური მედიცინის მიხედვით ფოთლებისა და ღეროს ქერქის ნაყენს გააჩნია სისხლძარღვების შემავიწროვებელი თვისება, იყენებენ ვენების გაგანიერების, ასევე ჰიპერტონიის სამკურნალოდ. ნაყენს ამზადებენ შეფარდებით 1:10, აჩერებენ 4 სთ-ის განმავლობაში, დებულობენ ყავის ქიქით 3–4 –ჯერ დღეში. ნაყოფის ნაჭუჭის ნახარში გამოიყენება ხველების წინააღმდეგ. დანაყილი თხილის თესლს ურევენ მცირე რაოდენობით წყალს და უნიშნავენ დასუსტებულ ავადმყოფებს ძალების აღსადგენად.

ჩვეულებრივი ივანი

Fraxinus excelsior L.

Ясень высокий



დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 15–30 მ სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა ზეთისხილისებრთა (*Oleaceae*) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი ნაცრისფერია, ერთწლიანი ყლორტებისა – მწვანე. ფოთლები კენტფრთართულია, მორიგეობით განლაგებული. ახასიათებს ჯგუფურად შეკრებილი ცალსქესიანი (მამრობითი)

და ორსქესიანი ყვავილები. ნაყოფი ერთთესლიანი ფრთიანი კაკალია. ყვავილობს ფოთლების გაშლამდე, აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია აჭარისწყლის ხეობაში. გავრცელების ადგილებია: ერგე, ქედა, შუახევი, ხულო, ტბეთი.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები და ღეროს ქერქი. ფოთლებს აგროვებენ ვეგეტაციის პერიოდში, ღეროს ქერქს – მარტ-აპრილში. ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს ფლავონოიდებს: კვერცეტინს და მატინს, ტანინებს და ეთეროვან ზეთებს. ქერქი შეიცავს გლიკოზიდ ფრაქსინს, ტანინებს, ფლავონოიდებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფოთლები და ღეროს ქერქის ნაყენი გამოიყენება სახსრების რევმატიზმის, ღვიძლის და თირკმლის დაავადებების სამკურნალოდ, ასევე, წარმოადგენენ საფალარათო და ჭიების დამდენ საშუალებას. ნაყენის მოსამზადებლად 3 ჩ/კ დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ 2 ჩ/კ მდულარე წყალს, აჩერებენ 10 წთ-ს, წურავენ და ღებულობენ სუფრის კოვზით 3-4 –ჯერ დღეში.

ჩვეულებრივი მარშანცია, ღვიძლის ხავსი

Marchantia polymorpha L.

Маршанция обыкновенная

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. მრავალწლიანი, დიქოტომიურად დატოტვილი თალუსოვანი ხავსია მარშანციასებრთა (*Marchantiaceae*) ოჯახიდან.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე, გვხვდება სველ, დატენიანებულ ადგილებში.



სამკურნალო ნედლეულთა თაღუსი, რომელსაც აგროვებენ წლის ნებისმიერ დროს, აშრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა შესწავლილი არ არის.

გამოყენება. მიწისზედა მასის ნაყენს იყენებენ მენტრუალური ციკლის მოსაწესრიგებლად.

ჩვეულებრივი მათიტელა

Polygonum aviculare L.

Горец птичий



დახასიათება. 30-40 სმ სიგრძის ერთწლიანი, მიწაზე გართმული, ბალახოვანი მცენარეა მათიტელასებრთა (*Polygonaceae*) ოჯახიდან. ფოთლები წაგრძელებულ-ლანცეტაა 2-2,5 სმ სიგრძის და 0,3-0,5 სმ სიგანის. წვრილი, თეთრი ყვავილები ჯგუფურადაა შეკრებილი ფოთლის იღლიებში. ნაყოფი სამწახნაგოვანი, მუქი წაბლისფერი კაკალია. ყვავილობს ივნის-ოქტომბერში, ნაყოფები მწიფდება ივლის-ნოემბერში.

გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება საცხოვრებელ სახლებთან ახლოს, გზისპირებზე, საძოვრებზე, მინდვრებში, ნასვენ მიწებზე.

სამკურნალო ნედლეულთა მიწისზედა ნაწილი (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ მზის პირდაპირი სხივებისაგან დაცულ ადგილებში.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს ფლავონოიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფისებს, C, P, K ვიტამინებს, ეთერზეთებს. ლორწოს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. აჭარის ხალხურ მედიცინაში მატიტელას ბალახის ნაყენს იყენებენ მარილების ცვლის დარღვევის დროს. ნაყენს ამზადებენ შემდეგი წესით: 20 გ ბალახს ასხამენ 1 ლ/ჰ მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 სთ-ს და დებულობენ ს/კ-ით 3-ჯერ დღეში.

ჩვეულებრივი მოცვი *Vaccinium myrtillus L.* Черника

დახასიათებ ა. 15-40 სმ სიმაღლის ფოთოლმცვენი ბუჩქია მანანასებრთა (*Vacciniaceae*) ოჯახიდან, მხოზავი ფესურითა და დატოტვილი ღეროთი, რომელზეც განლაგებულია 1-3,8 სმ სიგრძისა და 0,8-3 სმ სიგანის, ღია მწვანე ფერის, კვერცხისებური ფოთლები. თავჩაქინდრული ყვავილები ვარდისფერია ან თეთრი, მწვანე ელფერით, 3-4,5 სმ დიამეტრის გვირგვინით. ნაყოფი წვნიანი, ბურთისებური კენკრაა, მუქი წითელი რბილობით და მრავალრიცხოვანი წვრილი თესლით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.



თავჩაქინდრული ყვავილები ვარდისფერია ან თეთრი, მწვანე ელფერით, 3-4,5 სმ დიამეტრის გვირგვინით. ნაყოფი წვნიანი, ბურთისებური კენკრაა, მუქი წითელი რბილობით და მრავალრიცხოვანი წვრილი თესლით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის ზედა და სუბალპურ სარტყელში, გვხვდება წიფლის ტყეებში, არყნარებში, კავკასიური როდოდენდრონის რაყებში, ხავსიან სუბალპურ მდელოებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები და ფოთლები. ნაყოფებს აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, ფოთლებს – მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში. ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნაყოფები შეიცავს 17%-მდე მთრიმლავ ნივთიერებებს, 7%-მდე ორგანულ მჟავებს, 20%-მდე შაქრებს, 196 მგ/%-მდე კაროტინს, 6 მგ/% C ვიტამინს, ფლავონოიდებს, ანტოციანებს, პექტინებს, საღებავ ნივთიერებებს. ფოთლები შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, გლიკოზიდებს, ეთერზეთებს, ორგანულ მჟავებს, მაგნიუმს, რკინას, ქრომს, სპილენძს, მინერალურ მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მოცვის კენკრას ახასიათებს შემკვრელი თვისება, რაც განპირობებულია კენკრაში მთრიმლავი ნივთიერებების არსებობით. კენკრისაგან ამზადებენ წყლიან ნაყენს და ნახარშს – მოცვის კისელს, რომლებიც გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის აშლილობის დროს. მოცვის კენკრა კუჭ-ნაწლავის მოქმედების კარგი რეგულატორია. იყენებენ ასევე კუჭისა და ნაწლავების კატარის და დიზენტერიის დროსაც.

კენკრისაგან მომზადებულ მოცვის ღვინოს აქვს სამკურნალო დიეტური თვისებები და რეკომენდირებულია, როგორც ფაღარათიანობის საწინააღმდეგო ეფექტური საშუალება. ნაყენის მოსამზადებლად 3-4 ჩაის კოვზ კენკრას ასხამენ 2 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 4-5 საათით, წურავენ და ღებულობენ 1/4 ჩაის ჭიქას 5-6-ჯერ დღეში.

ნახარშის მოსამზადებლად იღებენ 1 სუფრის კოვზ კენკრას და 2 ჩაის ჭიქა წყალს, ადუღებენ, სანამ არ დარჩება 1 ჩაის ჭიქა სითხე, წურავენ და სვამენ თბილი სახით – 1/4 ჩაის ჭიქას დღეში 4-ჯერ ჭამის წინ.

მოცვის კენკრა შედის ფაღარათის საწინააღმდეგო ჩაის შემადგენლობაში. მოცვის წვენი და კენკრის ნახარში გამოიყენება პირის ღრუს, ღრძილების, ხახისა და ხორხის ლორწოვანი გარსის ანთების წინააღმდეგ. მოცვის კენკრის ექსტრაქტი შეიცავს მხედველობის გამაუმჯობესებელ ნივთიერებებს. მისი მიღება რეკომენდირებულია იმ პირთათვის, რომელთა სამუშაო მოითხოვს მხედველობის მნიშვნელოვან დაძაბვას.

აჭარის ხალხურ მედიცინაში მოცვის კენკრას იყენებენ თირკმლების კენჭოვანი დაავადების, ნიკრისის ქარის, რევმატიზმის,

სისხლნაკლებობის და სხვა დაავადებათა სამკურნალოდ. მისი ფოთლებიდან ოჯახურ პირობებში ამზადებენ ჩაის, რომელსაც იყენებენ შარდის ბუშტის ანთების, ქრონიკული ენტერიტის, ნაღველკენჭოვანი, შარდკენჭოვანი დაავადებების და დიაბეტის დროს.

ამავე მიზნით აჭარაში ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება კაკვასიური მოცვი *V. arctostaphylos* L. და ცისფერი მოცვი *V. ulliginosum* L.

ჩვეულებრივი კვლიავი

Carum carvi L.

Тмин

დახასიათება. 10-50 სმ სიმაღლის ორწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (*Apiaceae*) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, ზედა ნაწილში დატოტვილი, ფოთოლგანლაგება მორიგეობითია, ფესვთანური ფოთლები ვიწრო სამკუთხოვანია, 6-8 სმ სიგრძის და 2-8 სმ სიგანის. ღეროს ზედა ფოთლები გრძელყუნწიანია. პატარა ზომის ყვავილები შეკრებილია ქოლგა ყვავილედებად. ნაყოფი მურა ფერის თესლურაა.



ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელება. იზრდება ტყის შუა სარტყლიდან სუბალპებამდე. გავრცელებულია ტყისპირებში, მდელოებზე, მინდვრებზე, ხშირად დანაგვიანებულ ადგილებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები და თესლები, რომლებსაც აგროვებენ სიმწიფის პერიოდში. აშრობენ ჰაერზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ზ ა. ნაყოფები და თესლები შეიცავს ეთერზეთებს, ცხიმებს, ცილოვან ნივთიერებებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში კვლიავის ნაყოფებს იყენებენ საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად, ნაწლავებში ლაპობისა და დუღლის პროცესების შესამცირებლად. ხშირად, მას უნიშნავენ კუჭის სპაზმების, საჭმლის მონელების პროცესის მოშლილობის და მეტეორიზმის დროს. კვლიავის ნაყოფის ნაყენი რეკომენდებულია ატონიური შეკრულობის, კუჭისა და ნაწლავის კრუნჩხვითი ტკივილების დროს. კვლიავის ეთეროვანი ზეთი გამოიყენება წამლების არომატიზაციისათვის.

ნაყენის მოსამზადებლად ერთ სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, დგამენ თავდახურულ ჭურჭელში გაცივებამდე, წურავენ და იღებენ 2-6 სუფრის კოვზს 5-6-ჯერ დღეში ჭამამდე. ბავშვებისათვის ნაყენი შეიძლება დავატკბოთ შაქრით ან სიროფით.

აჭარაში ხალხურ მედიცინაში კვლიავის თესლის ფხვნილი გამოიყენება მადის აღმძვრელად. კვლიავის თესლებს ახასიათებს ძლიერი სურნელი და მწარე გემო. გამოიყენება კულინარიაში საღათების, პაშტეტების და ნამცხვრების დამზადებისას.

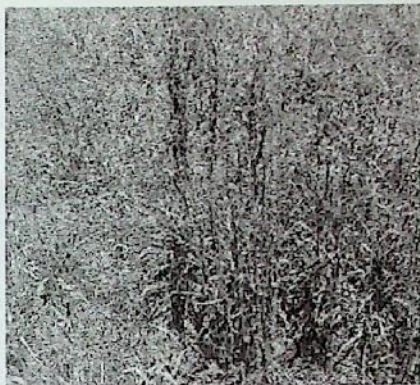
ჩვეულებრივი დოლო (ღვალო)

Rumex crispus L.

Щавель курчавый

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, მსხვილფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა მატიტელასებრთა (Polygonaceae) ოჯახიდან. აჭარაში მცენარეს ღვალოს ეძახიან. ღერო სწორმდგომია, მთელ სიგრძეზე დადარული და ზედა ნაწილში დატოტვილი. ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული, ფორმით სა-

მკუთხა-კვერცხისებური და ტა-
 ლისებურად დაკბილული.
 ღეროზე განლაგებული ფოთ-
 ლები კენწეროს მიმართულე-
 ბით თანდათან პატარავდება.
 ყვავილები წვრილია, მომწვან-
 ო-მოყვითალო, შეკრებილია
 კენწრულ ცილინდრულ ყვავ-
 ილედებად. ნაყოფი სამწახნაგ-
 ოვანი კაკლუქაა. ყვავილობს
 მის-ივლისში. ნაყოფები მწიფ-
 დება აგვისტო-სექტემბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის
 ზედა სარტყლამდე. გავრცელებულია დანაგვიანებულ ადგილებში,
 საცხოვრებელ სახლებთან ახლოს, სათიბებში, გზების გასწვრივ,
 პლანტაციებში, ბაღებში, ბოსტნებში. სარეველაა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესურები და ფესვები,
 რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე. თხრიან მიწიდან, რეცხავენ,
 ფენენ თხელ ფენად და ამრობენ ჰაერზე. შრობა ითვლება დამთავ-
 რებულად, თუ ნედლეული გადალუნვისას ტყდება.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურები შეიცავს 12%
 მთრიმლავ ნივთიერებებს, 4% ანტრაქინონის წარმოებულებს, ფლავ-
 ონოიდებს (რუტინს), ეთერზეთებს, C და K ვიტამინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ღოლოს ფესურების პრეპარატები დიდი
 დოზით ახდენს გამხსნელ, მცირე დოზით კი – შემკვრელ მოქმედე-
 ბას. გამხსნელად უნიშნავენ ფესურების ფხვნილს 0,5-1 გ ერთ მიღე-
 ბაზე. კოლიტის, ატონიური შეკრულობის, ბუასილის და უკანა
 ტანის ნახეთქების დროს. სასაქმებელი მოქმედება ვლინდება 8-10
 სთ-ის შემდეგ, ამიტომ სასურველია მისი მიღება ღამით.

ზხადდება ნახარშიც 1 ჩ/კ ღოლოს ფესურისა და 1 ჩ/კ წყლისა-
 გან. ადუღებენ 5 წუთს. ღებულობენ ძილის წინ 0,5 ჩ/ჭიქას.

ჩვეულებრივი ხურმა

Diospyros lotus L.

Хурма кавказская



დახასიათება. 8–15 მ სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა აზანოზისებრთა (*Ebenaceae*) ოჯახიდან. ფოთლები ელიფსურია, კიდემთლიანი, ქვედა მხარეს შებუსული, მოკლეყუნწიანი, 7–10 სმ სიგრძის. მორიგეობით განლაგებული ყვავილები ილღურია, ცალსქესიანი ან

ორსქესიანი, ყვითელი გვირგვინით. ნაყოფი მრგვალი, შავი კენკრაა 1,5–3 სმ დიამეტრის.

გავრცელება. იზრდება ზღვის დონიდან 1200–1500 მ-მდე, გაფანტულია ფოთლოვან ტყეებში, ტყისპირებზე, ხშირად ბერძნულ კაკალთან ერთად. ხეხილოვანია.

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, აშრობენ ღია ცის ქვეშ.

ქიმიური შემცველობა. ხურმის ნაყოფები შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, C ვიტამინს, კაროტინებს.

გამოყენება. ხალხურ მედიცინაში ნედლი ან გამომშრალი ნაყოფები გამოიყენება კუჭის აშლილობის წინააღმდეგ.

ცერეცო
Foeniculum vulgare Mill.
Укроп огородный

დახასიათება. 40-60 სმ-მდე სიმაღლის ერთწლიანი ბალახოვანი მცენარეა ქოლგოსანთა (Apiaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, წვრილად დადარული, შიშველი. მასზე მორიგეობითაა განლაგებული ფრთართული ფოთლები. წვრილი ყვითელი ყვავილები შეკრებილია



რთულ ქოლგა ყვავილედებად. ნაყოფი წაგრძელებული თესლურაა. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გავრცელება. საბოსტნე კულტივირებული მცენარეა.

სამკურნალოუნეღელელია ფოთლები, ნაყოფები და თესლები, რომლებსაც აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს 4-6,5% ეთერზეთებს, 12-18% ცხიმებს. ფოთლები შეიცავს 0,62-1,54% ეთერზეთებს, C, B ვიტამინებს, ნიკოტინისა და ქარვის მჟავას, მინერალურ მარილებს, მიკროელემენტებს: კალიუმს, კალციუმს, ფოსფორს. თესლები შეიცავს 18%-მდე ცხიმოვან ზეთს.

გამოყენება. ნაყოფებისაგან დამზადებული პრეპარატები აძლიერებენ საჭმლის მომნელებელი სისტემის სეკრეციას. არეულირებენ ნაწლავის მოტორულ ფუნქციას, ახასიათებთ ნაღველმდენი, ანტიბაქტერიული, სპაზმური, დიურული და ფიტონციდური აქტივობა. მას იყენებენ აგრეთვე ნაწლავებში გაზების დაგროვების და კუჭ-ნაწლავის სპაზმების დროს.

უძველეს ქართულ ხალხურ მედიცინაში მცენარე ცნობილია შიბითისა და რაზიანის სახელწოდებით. რაზიანის ძირი, რაზიანის წვენი, რაზიანის თესლი და რაზიანის ძირის ქერქი იხმარებოდა თვალის დაავადებათა პრაქტიკაში, აგრეთვე, როგორც შარდმდენი

და სარმევე ჯირკვლებში რძის ჩამყენებელი საშუალება. დავით ბატონიშვილი მოგვითხრობს რაზიანის მრავალნაირ სამკურნალო თვისებებზე: „რომე სიგრილისა და სიცივისგან თავი სტკიოდეს და ცერელის წვენი გაათბოს და შეიცხოს, თავის ტკივილი უშველოს“ და ა.შ.

აჭარაში ხალხურ მედიცინაში ფოთლების წვენს იყენებენ თვალში ჩასაწვეთებლად, აგრეთვე გულის ფრიალის და შარდის შეკავების დროს. გამოიყენება, როგორც ამოსახველებელი და საჭმლის მონელების გამაუმჯობესებელი საშუალება. ნაყენის მოსამზადებლად იღებენ 1-2 ჩაის კოვზ დაქუცმაცებულ ნედლეულს, ასხამენ 1 ჩ/ჭ მდულარე წყალს, ახურავენ სახურავს და აჩერებენ 15 წთ-ით, აცივებენ, წურავენ და ინახავენ 2 დღე-ღამის განმავლობაში გრილ ადგილას. დებულობენ თითო სუფრის კოვზს 3-4-ჯერ დღეში.

ცეტრარია (ისლანდიური „ხავსი“)

Cetraria islandica (L.) Ach.

Исландский лишайник



დახასიათება. 10 სმ-მდე სიმაღლის, სწორმდგომი ან გართხმული მომწვანოდმოყავისფრო ბუჩქისებური მღიერია. თალუსის ქვედა მხარეს უვითარდება თეთრი წერტილები.

გავრცელება. კოსმოპოლიტური მცენარეა, იზრდება ნიადაგზე და ქვებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მთელი თალუსი, რომელსაც აგროვებენ ზაფხულის პერიოდში. აშრობენ ორპირ ქარში.

ქიმიური შემცველობა. თალუსი შეიცავს 30-70% ნახშირწყლებს, რომლის მთავარი კომპონენტია სახამებელი

ლიქენინი, ასევე შეიცავს მწარე ნივთიერება ცეტარინს, ლიქენის მჟავებს, შაქრებს, მინერალურ მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში გამოიყენება თალუსი, რომლისგანაც გამორეცხილია მწარე ნივთიერებები. თალუსის ნახარშს გააჩნია ლორწოვანი გარსების შემომგარსველი თვისება. გამოიყენება კუჭდნაწლავის ტრაქტის ფუნქციის დარღვევის დროს. ნახარშის მოსამზადებლად 20 გ ნედლეულს ასხამენ 200 მლ წყალს, ადუღებენ 5 წთ-ის განმავლობაში, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ სუფრის კოვზით 3-4 -ჯერ დღეში.

ცირცელი **Sorbus boissieri** Schneid. Рябина

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 10 -15 მ სიმაღლის ხეა ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი ნაცრისფერია. კენტფრთართული ფოთლები განლაგებულია მორიგეობით. მისი ფოთოლაკები ელიფსურია, კიდემთლიანი. თეთრი, სურნელოვანი, 1,5 სმ დიამეტრის ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედად.



ნაყოფები ნარინჯისფერ-წითელი, მომჟავო-მოტკბო ბურთისებური ან მსხლისებური ვაშლურაა. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთელი ტყის სარტყელში სუბალპებამდე. გვხვდება წიწვოვანი ტყეების ქვეტყეში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ ოქტომბერ-ნოემბერში, აჭკნობენ ჰაერზე, აშრობენ ღუმელში ან საშრობებში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნაყოფები შეიცავს 1,5% ცილებს, 12% შაქრებს, 0,5-3% ორგანულ მჟავებს, კაროტინებს, C, B, PP ვიტამინებს, რკინას, იოდს, მანგანუმს, სპილენძს, კობალტს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ცირცელის ნაყოფი ფართოდ გამოიყენება მედიცინაში პოლივიტამინურ და პროფილაქტიკურ საშუალებად ავიტამინოზის, სისხლნაკლებობის, დაუძლურების, გამოფიტვის დროს. მშრალი ნაყოფები ასტიმულირებს სისხლის მიმოქცევას და ამცირებს ქოლესტერინის შემცველობას, ამიტომაც, გამოიყენება ჰიპერტონიისა და ათეროსკლეროზის სამკურნალოდ. ასევე, წარმოადგენს ოფლმდენ, შარდმდენ და სისხლდენის შემაჩერებელ საშუალებას გრიპის, გაცივების, სისხლდენის, ღვიძლისა და თირკმლების დაავადების დროს. იყენებენ ნაყოფების ნაყენს, რისთვისაც 20 გ გამომშრალ ნაყოფებს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდუღარე წყალს, აჩერებენ 4 სთის განმავლობაში და დებულობენ ნახევარ ჩაის ჭიქას დღეში 2-3 ჯერ ჭამის წინ.

ცისფერი მოცვი *Vaccinium uliginosum* L.

Голубика



და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 15-40 სმ სიმაღლის ფოთოლმცვენი ბუჩქია მანანასებრთა (*Vacciniaceae*) ოჯახიდან, მხოხავი ფესურითა და დატოტვილი ღეროთი, რომელზეც განლაგებულია 1-3,8 სმ სიგრძისა და 0,8-3 სმ სიგანის, ღია მწვანე ფერის, კვერცხისებური ფოთლები. თავჩაქინდრული ყვავილები ვარდისფერია ან თეთრი, მწვანე ელფერით, 3-4,5 სმ დიამეტრის გვირგვინით. ნაყოფი წვნიანი, ბურთისებური კენკრა-

ა, მუქი წითელი რბილობით, მრავალრიცხოვანი წვრილი თესლით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის ზედა და სუბალპურ სარტყელში. გვხვდება წიფლის ტყეებში, არყნარებში, კავკასიური როდოდენდრონის რაყეებში, ხავსიან სუბალპურ მდელოებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები და ფოთლები. ნაყოფებს აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, ფოთლებს მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნაყოფები შეიცავს 17%-მდე მთრიმლავ ნივთიერებებს, 7%-მდე ორგანულ მჟავებს, 20%-მდე შაქრებს, 196 მგ/%-მდე კაროტინს, 6 მგ/% C ვიტამინს, ფლავონოიდებს, ანტოციანებს, პექტინებს, საღებავ ნივთიერებებს. ფოთლები შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, გლიკოზიდებს, ეთერზეთებს, ორგანულ მჟავებს, მაგნიუმს, რკინას, ქრომს, სპილენძს, მინერალურ მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ე ბ ა. მოცვის კენკრის ექსტრაქტი შეიცავს მხედველობის გამაუმჯობესებელ ნივთიერებებს. მისი მიღება რეკომენდებულია იმ პირთათვის, რომელთა სამუშაო მოითხოვს მხედველობის მნიშვნელოვან დაძაბვას. ამავე მიზნით აქარის ხალხურ მედიცინაში გამოიყენება კავკასიური მოცვი *V. arctostaphylos* L.

ცხენისკბილა

Leucojum aestivum L.

Белоцветник летный

დახასიათებ. 30-60 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ბოლქვიანი ბალახოვანი მცენარეა ზამბახისებრთა (*Amaryllidaceae*) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომი და დადარულია, ფოთლები ხაზურა, პარალელურმარდვიანი, 1,5 სმ სიგრძის. თეთრი ყვავილები ღეროს წვერში შეკრებილია ქოლგა ყვავილედად. ნაყოფი მწვანე, სფერული, ხორცოვანი კოლოფია შავი თესლებით. ყვავილობს მარტ-აპრილში. ნაყოფი მწიფდება მაის-ივნისში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებზე, დაქაობებულ ადგილებში, მთელ სანაპირო ზოლში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე - უ ლ ი ა ბოლქვები, რომლებსაც აგროვებენ ზაფხულში ან შემოდგომაზე, რეცხავენ და ამრობენ ჰაერზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბოლქვები შეიცავს ალკალოიდებს, რომლის ერთ-ერთი კომპონენტიცაა 0,12% გალანთამინი.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში გალანთამინი გამოიყენება დამბლის შემდეგ ნარჩენი მოვლენების სამკურნალოდ, მთასთენიისა და მოჰათიის დროს, ასევე შარდის ბუშტის და ნაწლავების ატონიის დროს.

ცხენისწაბლი *Aesculus hippocastanum* L. Каштан конский



დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 20 მ-მდე სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა ცხენისწაბლასებრთა (*Hippocastanaceae*) ოჯახიდან. ივითარებს გრძელყუნწიან, თათისებრრთულ ფოთლებს და აღმამდგომ მტევნებად შეკრებილ თეთრ, წითელლაქებიან,

სურნელოვან ყვავილებს. ნაყოფი 5-8 სმ დიამეტრის, სამსაგ-
დულიანი, ეკლებით დაფარული ბურთისებური კოლოფია 3-4
თესლით. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება სექტემ-
ბერ-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. მცენარე კულტივირებულია. რგავენ
ქუჩებში გამწვანების მიზნით.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ქერქი, თესლი და ყვავ-
ილები. ქერქს აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე ყვავილობის პერიოდ-
ში, თესლს – გვიანი შემოდგომით. ნედლეულს აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ქერქი და ყვავილები შეიცავს
ფლავონოიდებს, საპონინებს, მთრიმლავე ნივთიერებებს, ნაყოფი –
ცხიმებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ცხენისწაბლისაგან დამზადებული პრეპარა-
ტები ამცირებს სისხლის კოაგულაციას, ამაგრებს კაპილარების და
ვენების კედლებს, თავიდან აცილებს სისხლძარღვებში თრომბის
წარმოქმნას და ხელს უწყობს წარმოქმნილი თრომბის შეწოვას. კარგი
შედეგებია ჰიპერტონულ დაავადებათა მკურნალობის დროსაც,
როცა გაზრდილია სისხლის კოაგულაცია. ნაყოფებისაგან მზადდება
წყალ-სპირტიანი ექსტრაქტები – ესკუზანი და ესფლაზიდი, რო-
გორც ვენების მატონიზირებელი და ანტითრომბული საშუალება.
ამავე მიზნით იყენებენ ყვავილებისაგან დამზადებული წვენი 25
წვეთს 2-3-ჯერ დღეში და ქერქის წყლიან ნაყენს შეფარდებით 1:10.

ძაღლის ენა
Cynoglossum officinale L.
Чернокорень лекарственный

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 60-80 სმ სიმაღლის ორწლოვანი, სწორმდ-
გომი ბალახოვანი მცენარეა ლაშქარასებრთა (Boraginaceae) ოჯახ-
იდან. სწორმდგომი ღეროს ფუძესთან როზეტადაა შეკრებილი ნაც-
რისფერი ბუსუსებით დაფარული დანაკვეთული ფოთლები. მრ-



ვალრიცხოვანი, ზარისებური, წითელი ყვავილები განლაგებულია რკალისებურად მოხრილ ღერძზე. ნაყოფი ერთთესლიანი კაკალია. ყვავილობს მაისიენისში. ნაყოფები მწიფდება ივლისაგვისტოში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის ზედა სარტყლამდე. იზრდება მშრალ ადგილებში, გზისნაპირებზე. შხამიანი მცენარეა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ - ლ
ი ა მცენარის ყველა ნაწილი. ბალახს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ფესვებს – შემოდგომაზე. ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ალკალოიდ ცინოგლოსინს, გლიკოალკალოიდებს, ინულინს, ლორწოს, მწარეებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილის სპირტიანი ნაყენი შეფარდებით 1:10 გამოიყენება ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებად ხველების, ციებ-ცხელების და კუჭის აშლილობის დროს. მცენარის ყვავილები აშინებთ მღრღნელებს, ამიტომ მას რგავენ ბაღებთან ახლოს.

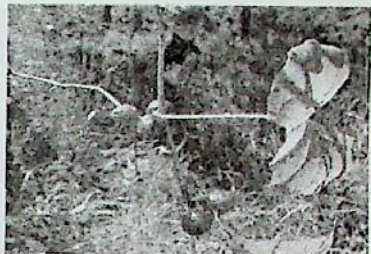
ბადლის სატაცური

Tamus communis L.

Водогон

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 3 მ-მდე სიგრძის მცოცავდეროიანი ბალახოვანი მცენარეა დიოსკორიასებრთა (Doiskoreaceae) ოჯახიდან. ნიადაგში უვითარდება ტუბერის მსგავსი გამსხვილებული ფესურა.

დროზე მორიგეობითაა განლაგებული გულისებური, გრძელყუნწიანი, კიდემთლიანი ფოთლები, რომელთა იდლიებში ვითარდება ცალსქესიანი, მტევან ყვავილედად შეკრებილი მდედრობითი და მამრობითი ყვავილები. ნაყოფი წითელი, სფერული კენკრაა 3-6 თესლით. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება მაის-აგვისტოში. შხამიანია.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთელი ტყის სარტყელში, ტყისპირებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესურა, რომელსაც აგროვებენ გაზაფხულზე ან შემოდგომაზე, რეცხავენ და აშრობენ მზეზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურა შეიცავს ანტრაგლიკოზიდებს, ფრანგულაემოდინს, ორგანულ მჟავებს, ფისებს, K და C ვიტამინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. აჭარის ხალხურ მედიცინაში ფესურების ნახარში შეფარდებით 1:10, გამოიყენება დასაზელად რევმატიზმისა და რადიკულიტის დროს.

მაღლმაცვალა *Rubus caesius* L. Ежевика сизая

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 2 მ-მდე სიმაღლის ეკლიანი ნახევრად-ბუჩქია ვარდისებრთა (*Rosaceae*) ოჯახიდან. აჭარაში მცენარეს ბარდს ეძახიან. უვითარდება ერთწლიანი ვეგეტარიული და ორწლიანი - გენერაციული გამერქნებული ყლორტები. ფოთლები 3-ფოთოლაკიანია, კვერცხისებურდროშბული, კიდედაკბილული. ყვა-



ვილები თეთრია, 3 სმ დიამეტრის, შეკრებილი ფარისებრ ყვავილედად. ნაყოფი შავი ნაკრები კურკიანაა, ყვავილობს მაისიდან აგვისტომდე. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ტყეებში, ბუჩქნარებში, გამეჩხერებულ ტყეებში, მთის შუა სართულამდე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები და ნაყოფები.

ფოთლებს აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, ნაყოფებს – სრული სიმწიფის პერიოდში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნაყოფები შეიცავს 3-5% შაქრებს (გლუკოზას და ფრუქტოზას), 1,5% ორგანულ მჟავებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, პექტინებს, A, B, C, D, K ჯგუფის ვიტამინებს, კაროტინს, კალიუმს, სპილენძს, მანგანუმს. ფოთლები შეიცავს მთრიმლავ ნივთიერებებს, ფლავონოიდებს, ვიტამინ C-ს, ორგანულ მჟავებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მაყვლის ფოთლებისაგან მზადდება სასარგებლო და სასიამოვნო ჩაი, რისთვისაც ნედლ ფოთლებს ათავსებენ თვადახურულ მინის ჭურჭელში და დგამენ მზეზე, ფოთლები ჭკნება და შავდება, შემდეგ ფენენ ჰაერზე თხელ ფენად გასაშრობად. ვიტამინების დიდი რაოდენობით შემცველობის გამო მაყვლის ნაყოფები ითვლება ორგანიზმის გამამდიერებელ და დამამშვიდებელ საშუალებად დასუსტების, გამოფიტვის, ინფექციური დაავადებების გადატანისა და კლიმაქტერული ნევროზის დროს.

ნაყენი მზადდება შემდეგი წესით: 1 სუფრის კოვზ ფოთლებს ასხამენ 200 მლ (1 ჩაის ჭიქა) მდულარე წყალს, აჩერებენ 4 სთ-ის განმავლობაში და იღებენ 1/3 ჩ/კ 3-4-ჯერ დღეში ჭამის წინ. ფოთლების ნაყენი წარმოადგენს შემკვრელ საშუალებას.

დახველი
Viburnum opulus L
Калина обыкновенная

დახასიათება. 5 მ-მდე სიმაღლის ფოთოლმცვენი ბუჩქია ცხრატყავასებრთა (Caprifoliaceae) ოჯახიდან. დეროს ქერქი ნაცრისფერია, დახეთქილი. მასზე მოპირისპირედაა განლაგებული მრგვალი ან კვერცხისებური, 50-10 სმ სიგრძის, 3-5 ნაკვთიანი, იშვიათად – მთლიანი, ყუნწიანი ფოთლები. თეთრი, ხუთწევრიანი ყვავილები შეკრებილია ფარისებურ ყვავილედეზად. ყვავილედეში პერიფერიული ყვავილები უნაყოფოა, 2,5 სმ-მდე დიამეტრის, ცენტრალური – ნაყოფის მომცემი, 0,5 სმ დიამეტრის. ნაყოფი წითელი კვერცხისებური ან ბურთისებური კურკიანაა. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში. დეკორატიული და თაფლოვანი მცენარეა.



გავრცელება. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან 1500 მ-მდე. გავრცელებულია შერეულ და ფოთლოვან ტყეებში, მდინარეთა ხეობებში..

სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, აქკნობენ ჰაერზე და ამრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს შაქრებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ორგანულ მჟავებს, კაროტინს, ვიტამინებს. თესლი შეიცავს 21%-მდე ცხიმოვან ზეთს.

გამოყენება. ნაყოფებს იყენებენ ჰიპერტონული დაავადებების დროს, რისთვისაც 1 სუფრის კოფი ნაყოფებს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 3 სთ-ის განმავლობაში და იღებენ 1/2 ჩ/ჭიქას 2-ჯერ დღეში.

მირტკბილა
Glycyrrhiza glabra L.
 Солодка голая



დახასიათება. 1 მ-მდე სიმაღლის დატოტვილდეროიანი, გრძელფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა პარკოსანთა (Fabaceae) ოჯახიდან. ფოთლები ფრთართულია, მორიგეობით განლაგებული, სიგრძით 3-4 სმ. შედგება 6-8 ფოთოლაკისაგან. ღია იისფერი ყვავილები შეკრებილია მტევნებად. ნაყოფი მუქი ყავისფერი, სწორი ან მოხრილი პარკია. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.

გავრცელება. იზრდება კინტრიშის და ჩოლოქის შესართავებთან, სილნარ-თიხნარ ნიადაგებზე.

სამკურნალო ელელუა ფესურა და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე ან გაზაფხულზე, რეცხავენ, ქრიან პატარა ნაწილებად და აშრობენ ჰაერზე.

ქიმიური შემცველობა. ფესურა და ფესვი შეიცავს 23% გლიკოზიდ გლიცირიზინს, ფლავონოიდებს, ორგანულ მჟავებს და ასკორბინის მჟავას.

გამოყენება. ფესურებისა და ფესვებისაგან მიღებული პრეპარატები გამოიყენება ზემო სასუნთქი გზების დაავადებების დროს, როგორც ამოსახველებელი, დამარბილებელი და ანთების საწინააღმდეგო საშუალება. სააფთიაქო ქსელში ნედლეულისაგან ამზადებენ სიროფს, მშრალ და თხიერ ექსტრაქტს, ფხვნილს და გულმკერდის ელექსირს. ოჯახურ პირობებში სასუნთქი გზების დაავადების დროს ნახველის ამოსაღებად შეიძლება მომზადდეს ნახარში დოზით: 15 გ ნედლეულს ამატებენ 2 ჩ/ქიქა წყალს და ადუღდებენ 15 წთ-ის გან-

მაგლობაში წყლის აბაზანაზე, აცივებენ, წურავენ და იღებენ 1 ს/კ -ით 4-5-ჯერ დღეში.

ძმერხლი

Ruscus colchicus P. F. Yeo

Иглица колхидская

დახასიათება. 30-100 სმ სიმაღლის სწორმდგომი, მრავალწლიანი ფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა შროშანასებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. დაუტოტავ ღეროზე ვითარდება ეკლით დაბოლოებული 6-16 სმ სიგრძის და 3-7 სმ სიგანის ფოთლის ფორმის კლადოდიუმები, რომლებიც ყლორტის სახეცვლილებებს წარმოადგენს. მათი ნაწილი ღეროს ფუძესთან რგოლურადაა შეკრებილი, ნაწილი კი ღეროზე მორიგობითაა განლაგებული. მათ ქვედა მხარეს უვითარდებათ ცალსქესიანი, ფირფიტისებურყვავილესაფრიანი მარტოული ან ჯგუფებად შეკრებილი ყვავილები, რომლებისგანაც კაშკაშა წითელი, მრგვალი, 1-3 - თესლიანი ნაყოფები ვითარდება. ყვავილობს მარტ-აპრილში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში.



გავრცელება. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის ზედა სარტყელამდე. იზრდება დაჩრდილულ ხეობებში.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურა და ფესვები, რომლებსაც აგროვებენ შემოდგომაზე და ზამთარში, რეცხა-

ვენ გამდინარე წყლით, კრიან პატარა ნაწილებად და აშრობენ ღია ცის ქვეშ.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურა და ფესვები შეიცავს 3,6% საქაროზას, საპონინებს, ეთერზეთებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ქართულ ხალხურ მედიცინაში ფესურებისა და ფესვების ნახარში გამოიყენება ბუასილის სამკურნალოდ, ასევე ცნობილია, როგორც სააბორტე და მშობიარობის დასაჩქარებელი საშუალება.

წაბლი

Castanea sativa Mill.

Каштан посевной



დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 35 მ-მდე სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა წიფლისებრთა (Fagaceae) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი მუქი ყავისფერია, ღრმად დაღარული, ფოთლები ლანცეტაა, ხერხებილა, მორიგეობით განლაგებული. ყვავილები ცალსქესიანია, მამრობითი ყვავილები თავთავისებურ მჭადებადაა შეკრებილი, მდედრობითი

ყვავილები – ჯგუფებად. ნაყოფი კაკალია ეკლიანი საბურველით. ყვავილობს ივნის–ივლისში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის ქვედა და შუა სარტყლის ტყეებში, წარმოადგენს ამ სარტყლის ტყეების შემქმნელ ძირითად სახეობას.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვისპირა სილნარებზე. გავრცელების ადგილებია: ქობულეთი, ბათუმი, გონიო, სარფი, კაბაბერი და სხვა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფესურები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურები შეიცავს კუმარინებს, ფუროკუმარინებს, ეთეროვან ზეთებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს.

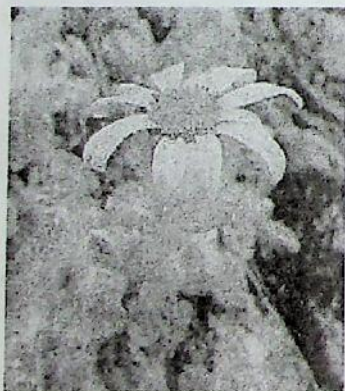
გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. აჭარაში ხალხურ მედიცინაში მცენარეს „საყმაწვილო ბალახს“ ეძახიან. იყენებენ ღრძილების ანთების დროს. ამზადებენ ნაყენს შემდეგი წესით: გამოშშრალ ფესვებს ასხამენ 1 ზ/კ ცივ წყალს და მიჰყავთ ადუღებამდე, აცივებენ, წურავენ, ურევენ შაბს და ივლებენ პირის ღრუში 3-ჯერ დღეში.

წითელი გვირილა

Pyrethrum roseum (Adam) Bieb. = *P. Coccineum* (Willd.)

Worosch.

Ромашка



დახასიათებ ა. 80-120 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, შებუსუსი ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (Asteraceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, უხეში. ფოთლები ორმაგ ფრთართული, მჯდომარე. ყვავილები შეკრებილია კალათა ყვავილედებად. ყვავილედში ორი სახის ყვავილია: განაპირა – თეთრი ან კრემისფერი ენისებური და შუა – ყვითელი მილისებრი. ნაყოფი რუხი თესლურაა. ყვა-

რებილია ფარისებურ ყვავილედებად. ნაყოფები მოგრძო, წითელი კენკრაა 3 თესლით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფი მწიფდება ავვისტო - სექტემბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება აჭარისწყლის ხეობის შუა სარტყლში კლდეებზე, გაჩეხილ ტყეებში, ტყის პირებზე და ქვა-ღორღიან ფერდობებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ყვავილები და ნაყოფები, რომლებსაც აგროვე-

ბენ მშრალ ამინდში. ყვავილებს აშრობენ ჩრდილში ან საშრობში 40° C-ზე. ხოლო ნაყოფებს – მზეზე ან საშრობში 70° C -ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ყვავილები შეიცავს ფლავონურ გლიკოზიდებს, ფენოლებს, აცეტილქოლინს, კვერცეტინს, ქოლინს, ნაყოფები - ჰიპეროზიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, აცეტილქოლინს, ქოლინს და ტრიმეთილამინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ყვავილებისა და ნაყოფებისაგან დამზადებული პრეპარატები გამოიყენება გულის მუშაობის დარღვევის, გულის სისუსტის, მძიმე დაავადებების გადატანის და ჰიპერტონული დაავადებების დროს. მედიცინაში კუნელს იყენებენ უძველესი დროიდან. კუნელის პრეპარატები აძლიერებს გულის კუნთის შეკუმშვას, ამცირებს მის აგზნებადობას, აძლიერებს სისხლის მიმოქცევას გულსა და ტვინში, ახდენს გულის მუშაობის რიტმის მოწესრიგებას, ამცირებს სისხლის წნევას. დადგენილია, რომ კუნელის ექსტრაქტი მნიშვნელოვნად ამცირებს ქოლესტერინის რაოდენობას სისხლში.

ოფიციალურ მედიცინაში ნაყოფებისაგან ამზადებენ ნაყენს და თხიერ ექსტრაქტს. ეს უკანასკნელი შედის კარდიოვალენის შემადგენლობაში.

ოჯახურ პირობებში შეიძლება მომზადდეს ნაყენი შემდეგი წესით: I სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ნაყოფებს ან ყვავილებს

ასხამენ 1 ჩ/ჰიქა არაყს, ათავსებენ თავდახურულ ჭურჭელში და აჩერებენ 7 დღეს. შემდეგ წურავენ და იღებენ 20-30 წვეთს დღეში 3-4-ჯერ ჭამამდე. ნაყენი მზადდება ადუღებული წყლითაც იმავე დოზით, გაცივების შემდეგ წურავენ და იღებენ 3-4 სუფრის კოვზს 3-4-ჯერ დღეში.

წითელი მოცვი

Vaccinium vitis-idaea L. (*Rhodococcum vitis-idaea* (L.) Avror)

Брусника

დახასიათება. 15 – 25 სმ სიმაღლის მარადმწვანე, სწორმდგომი ბუჩქია მოცვისებრთა (*Vacciniaceae*) ოჯახიდან. დატოტვილ ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული წვრილი, ტყავისებური, მბრწყინავი, კვერცხისებური ფოთლები, შავი წერტილოვანი ჯირკვლებით. ღეროსა და ტოტების წვერში ვითარდება ვარდისფერი, მტევან ყვავილედებად შეკრებილი ყვავილები. ნაყოფი მრგვალი, წითელი კენკრაა. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-სექტემბერში.



გავრცელება. გავრცელებულია სუბალპურ სარტყელში, იზრდება კლდეებზე და ბუჩქნარებში კავკასიურ შქერთან და მოცვთან ერთად. ადგილსამყოფელია ხინო, საყორნია, ტბეთი, გოდერძის უღელტეხილი.

სამკურნალო ნედლეულია ფოთლები და მწიფე ნაყოფები. გამოზამთრებულ ფოთლებს აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე, რადგან ზაფხულში შეგროვილი ფოთლები შავდება. ნაყოფებს აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში, ოპირ ქარში. შენახვის ვადა 2 წელია.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს 5-7% გლიკოზიდ არბუტინს, 0,5-0,6% ფლავონოიდებს, 14-15% მთრიმლავ ნივთიერებებს, ვიტამინ C-ს და ორგანულ მჟავებს. ნაყოფები შეიცავს 7% შაქრებს (გლუკოზას და ფრუქტოზას), ვაშლის, ლიმონის, ღვინისა და ბენზოლის მჟავებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, გლიკოზიდებს, უჯრედისს, C-ვიტამინს. ნაყოფში დიდი რაოდენობითაა მანგანუმი (0,4%).

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. წითელი მოცვის ფოთლები და ნაყოფები გამოიყენება შარდმდენ და ორგანიზმის კენჭებისა და სილისაგან გამწმენდ საშუალებად, რისთვისაც ამზადებენ ნაყენს ან ნახარშს შეფარდებით 1:10. იღებენ ს/კ 3-4-ჯერ დღეში. ფოთლები შედის შარდმდენი ჩაის შემადგენლობაში.

წითელი სამყურა *Trifolium pretense* L. Клевер луговой



დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 30-50 სმ სიმაღლის მრავალწლოვანი, ბალახოვანი მცენარეა პარკოსანთა (Fabaceae) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომი ან გართხმულია. ფოთლები სამყურაა, ყუნწიანი, თეთრი არშიებით. წვრილი ვარდისფერი ყვავილები შეკრებილია

თავაკ ყვავილედებად. ნაყოფი ერთი ან ორთესლიანი ოვალური პარკია წითელ-იისფერი თესლებით. ყვავილობს მაისიდან სექტემბრამდე. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. იზრდება ტყისპირებზე, მინდვრებში, გზების გასწვრივ, პლანტაციებში და სხვაგან.

სამკურნალო ნედლეულია ბალახი, რომელსაც აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში. ამრობენ ჩრდილში.

ქიმიური შემცველობა. ბალახი შეიცავს კაროტინებს, პროტეინებს, გლიკოზიდებს, ფლავონოიდებს, ეთერზეთებს, ორგანულ მჟავებს.

გამოყენება. ხალხურ მედიცინაში ბალახის ნახარშს იყენებენ ნახველის ამოსადებად და ანტისეპტიკურ საშუალებად ქრონიკული ხველების, ბრონქიტის, ბრონქული ასთმის დროს. ნახარშის მოსამზადებლად 1 ს/კ გამოშშრალ ნედლეულს დაასხამენ 1 ჩ/ჰ ცივ წყალს, ადუღებენ 5 წუთით, იღებენ ყავის ჭიქით 3-4 -ჯერ დღეში.

წიწკა

Capsicum annuum L.

Перец красный

დახასიათება. 50-70 სმ სიმაღლის, ერთწლიანი საბოსტნე კულტურაა ძალყურმენასებრთა (Solanaceae) ოჯახიდან. დატოტვილ ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული კვერცხისებური, წამახვილებული ფოთლები. ყვავილები თეთრია, მარტოული ან მცირეყვავილიან ჯგუფებად შეკრებილი. ნაყოფი მრავალთესლიანი წითელი კენკრაა. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფი მწიფდება ივლის-სექტემბერში.

გავრცელება. კულტივირებული მცენარეა. ველური სახით უცნობია.



სამკურნალო ნედლეულია ნაყოფები, რომელსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში და აშრობენ მზეზე. ნედლეულის შენახვის ვადა 3 წელია.

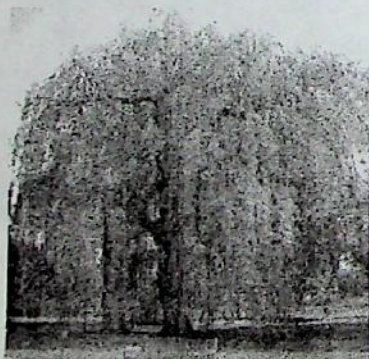
ქიმიური შემცველობა. ნაყოფები შეიცავს ალკალოიდ კაპსიცინს, რომელსაც აქვს ცხარე გემო და გამაღიზიანებელი თვისება, ეთეროვან ზეთებს, სტეროიდულ საპონინებს, კაროტინს და C, P, B₁, B₂ ვიტამინებს. C ვიტამინის შემცველობით წიწაკის ნაყოფი აღმატება ყველა ბოსტნულს.

გამოყენება. მედიცინაში იყენებენ ნაყოფების ნაყენს მზესუმზირას ან სხვა მცენარეული ზეთის ორმაგ რაოდენობასთან ნარევს კანში შესაზელად სახსრების რევმატიული ტკივილის, რადიკულიტის, ნევრალგიის და კუნთების ანთების დროს, ასევე ხალხურ მედიცინაში იყენებენ წიწაკის ნაყოფის სპირტიან ნაყენს (10-20 წვეთი ჭამამდე). იგი აუმჯობესებს მადას და საჭმლის მონელებას.

წნორი

Salix alba L.

Ива белая



დახასიათება. 20-25 მ-მდე სიმაღლის ხეა ტირიფისებრთა (Salicaceae) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი მუქი ნაცრისფერია, დახეთქილი. ძველი ტოტები ზემოთაა აღმართული, ახალგაზრდა ტოტები ქვემოთაა დაშვებული. ფოთლები ლანცეტაა, წვეტიანი, მოკლემყუნწიანი, ქვედა მხრიდან ვერცხლისფერი ბუსუსებით დაფარული, მორიგეო-

ბით განლაგებული. ყვავილები ცალსქესიანია, მკადეზად შეკრებილი. ნაყოფი კოლოფია. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვის დონიდან 2000 მ-მდე, იზრდება მდინარეთა სანაპირო დაბლობებზე, გზების გასწვრივ. გავრცელების ადგილებია: ერგე, ქედა, შუახევი, ხულო, დანისპარაული.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ღეროს ქერქი და მამრობითი ყვავილები. ქერქს აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე ან შემოდგომაზე. ყვავილებს – ჩამოცვენის შემდეგ, აშრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ქერქი შეიცავს 0,5% სალიცილს, ტანიინებს. ყვავილები შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, C და K ვიტამინებს

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. წნორის 2-3 წლიანი ტოტების ქერქის ნაყენი უხსოვარი დროიდან ცნობილია, როგორც სიცხის დაშვევი საშუალება, ასევე იყენებენ რევმატიზმის, ნიკრისის ქარის, თავის ტკივილის, კანის დაავადებების და ფეხების ოფლიანობის დროს. ნაყენის მოსამზადებლად 1 ჩ/კ დაქუცმაცებულ ნედლეულს ასხამენ 2 ჩ/კ ცივ წყალს, აჩერებენ 8 სთ-ის განმავლობაში და ღებულობენ სუფრის კოვზით 3-4 ჯერ დღეში.

წყავი

Laurocerasus officinalis M. Roem.

Лавровишня лекарственная

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 20 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ხე ან ბუჩქია, ვარდისებრთა (Rosaceae) ოჯახიდან. ღეროსა და ტოტების ქერქი მუქი რუხი ფერისაა. მასზე მორიგეობით არის განლაგებული 10-18 სმ სიგრძისა და 8 სმ-მდე სიგანის მოკლეყუნწიანი, წაგრძელებულ-ელიფსური, ტყავისებური, ზემოდან მუქი მწვანე ფოთლები.

სურნელოვანი, თეთრი ყვავილები შეკრებილია მტევნებად. ნაყოფი მომრგვალო-კვერცხისებური კურკიანაა. ყვავილობს აპრილში. ნაყოფები მწიფდება ივლისში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება მდინარეთა ხეობებში, ტყეებში, სადაც მონაწილეობს მარადმწვანე ქვეტყის შექმნაში. არსებობს მისი სხვადასხვა ჯიში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები და ფოთლები. ფოთლებს აგროვებენ მთელი ვეგეტაციის განმავლობაში, ნაყოფებს – სრული სიმწიფის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში ან საშრობში 50-60° C -ზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს ეთერზეთებს, 5-10% ტანინებს, გლიკოზიდ ამიგდალინს, რომელსაც გააჩნია ანესთეზიის ეფექტი. ამის გამო მას იყენებენ, როგორც ტკივილგამაყუჩებელ და საგულე საშუალებას. ნაყოფები შეიცავს პექტინოვან ნივთიერებებს, ფლავონოიდებს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ვიტამინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. წყავის პრეპარატები გამოიყენება ნაწლავების, ღვიძლის და გულის დაავადებების დროს. წყავის უმი ან მოხარშული ნაყოფები გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის აშლილობის დროს შემკვრელ საშუალებად. ფოთლებისაგან ღებულობენ წყავის წყალს, რომელსაც წყავის წვეთებს უწოდებენ და იყენებენ გულის დაავადების დროს, როგორც დამამშვიდებელ საშუალებას. წყავის ფოთლების რძეში ნახარში გამოიყენება ფილტვის კიბოს სამკურნალოდ. ნახარშს ამზადებენ შემდეგი წესით: 2 სუფრის კოვზ გამოშრალ და დაქუცმაცებულ ფოთლებს ასხამენ 1 ლ რძეს, ადუღებენ 5 წთ-ის განმავლობაში, აჩერებენ 20 წთ-ით, წურავენ და ღებულობენ თბილს, 0,5

ჩაის ქიქას 3-4-ჯერ დღეში ჭამამდე 1 სთ-ით ადრე ან ჭამიდან 2-3 სთ-ის შემდეგ 3 კვირის განმავლობაში. ერთი კვირის შესვენების შემდეგ ისევ აგრძელებენ მიღებას 3 კვირის მანძილზე.

წყლის მატიტელა

Polygonum hydropiper L.= *Persicaria hydropiper* (L.) Spach

Гречишник перечный

დახასიათება. 30-60 სმ სიმაღლის ერთწლიანი, მწარე გემოს მქონე ბალახოვანი მცენარეა მატიტელასებრთა (*Polygonaceae*) ოჯახიდან. სწორმდგომი ღერო ფუძიდანვე იტოტება. მასზე განლაგებულია ლანცეტა ფოთლები, ზედა მხარეს რუხი ლაქებით. წვრილი, თეთრი ყვავილები შეკრებილია თავთავებად, რომლის კენწრული ნაწილები თავდახრილია. ნაყოფი შავი ან მუქი ყავისფერი კაკალია. ყვავილობს მაისიდან სექტემბრამდე. ნაყოფები მწიფდება ივლის-ოქტომბერში.



გავრცელება. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან მთის შუა სარტყლამდე. გვხვდება ნესტიან მდელოებზე, თხრილებსა და სარწყავ არხებში, გზების გასწვრივ, ნაგავსაყრელებზე, ნასვენ მიწებზე, ნაკადულების, მდინარეების, ტბების და სხვა წყალსატევების ნაპირებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მიწისზედა ნაწილი (ბალახი) რომელსაც სხვა სახეობებისაგან განსხვავებით მწარე გემო აქვს, ბალახს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში. ფენენ თხლად და ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში ან საშრობებში. შენახვის ვადა 2 წელია.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბალახი შეიცავს 2%-მდე ფლავონოიდებს, რომლის მთავარი კომპონენტებია რამნაზინი, რუტინი, კვერცეტინი, ჰიპეროზიდი; 8,2% მთრიმლაჲ ნივთიერებებს, კაროტინს, ქოლინს, C, K ვიტამინებს, მანგანუმის, მაგნიუმის, კალიუმის მარილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. უძველესი დროიდან მცენარის ნაყენი მედიცინაში გამოიყენება, როგორც სისხლდენის შემაჩერებელი საშუალება სხვადასხვა სახის სისხლდენის დროს. მას შეუძლია გააძლიეროს სისხლის შედედება და შეაჩეროს სისხლდენა საშვილოსნოდან. ეფექტურია ნაყენის ან ნახარშის გამოყენება ჰემაროის სამკურნალოდ. ფარმაცევტულ მრეწველობაში მცენარის ბალახისაგან ამზადებენ სისხლდენის შემაჩერებელ პრეპარატ „ჰიდროჰიპერინს“, ასევე, ბალახი შედის ჰემოროის საწინააღმდეგო ნაკრებ „ანესთეზოლის“ შემადგენლობაში. ნაყენს ამზადებენ შეფარდებით 1:10.

წყლის სამეურა *Menyanthes trifoliata* L. Вахта трехлистная



და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 50-70 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, მსხვილ, მხოხავფესურინი ბალახოვანი მცენარეა წყლის სამეურასებრთა (*Menyanthaceae*) ოჯახიდან. სწორმდგომ, დატოტვილ ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული გრძელყუნწიანი, ელიფსური ან წაგრძელებული უკუკვერცხისებური, კიდემთლიანი, სამად განკვეთილი ფოთლები და თეთრი ან ღია ვარდისფერი, მტევნებად შეკრებილი ყვავილები. ნაყოფი მომრგვა-

ლო კოლოფია შავი თესლებით. ყვავილობს მაის-ივნისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ქობულეთის, გოდერძის უღელტეხილის, ჩირუხის, ტორფიან ჭაობებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ფენენ თხლად და აშრობენ სწრაფად ჰაერზე. ნელი შრობის დროს ფოთლები მუქდება.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს გლიკოზიდებს: მენიანტინს და გელიანტინს, მთრიმლავ ნივთიერებებს, ალკალოიდებს, დეზოქსილგალინს

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ფოთლის ნაყენი გამოიყენება მადის აღმძვრელად, კუჭის სეკრეციის გასაძლიერებლად, საჭმლის მონელების და საერთო მდგომარეობის გასაუმჯობესებლად ღვიძლისა და ნაღველმდენი გზების დაავადებების დროს. ნაყენის მოსამზადებლად 10 გ ნედლეულს ასხამენ 100 მლ მდულარე წყალს და აჩერებენ 30 წთ-ის განმავლობაში. ღებულობენ ს/კ-ით 3-ჯერ დღეში. ფოთლის ნაყენი გამოიყენება დასამშვიდებლად პიტნის ფოთლებთან ან კატაბალახას ფესვებთან ერთად თანაბარი რაოდენობით შერევით, შეფარდებით 1:10 ნერგული სისტემის ფუნქციის მოშლილობის, ნერგული აგზნებულობის, უძილობის, დაძაბულობის დროს. ნარევს ასხამენ მდულარე წყალს და აჩერებენ 30 წთ-ით, წურავენ და ღებულობენ სუფრის კოვზით 4-5 ჯერ დღეში.

ჭარხალი *Beta vulgaris L.* Свекла

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 40-80 სმ სიმაღლის, ორწლიანი, ძირხვენიანი ბალახოვანი მცენარეა ნაცარქათამასებრთა (*Chenopodiaceae*) ოჯახიდან. სიცოცხლის პირველ წელს უვითარდება ფესვის ყელთან

როზეტად შეკრებილი გრძელყუნწიანი, ლანცეტა ფოთლები, მეორე წელს – დატოტვილი საყვავილე ღერო, რომელიც ბოლოვდება პატარა, მომწვანო-მოყვითალო ყვავილებისაგან თავთავებად შეკრებილი ყვავილედებით. ნაყოფი ერთთესლიანი კაკლუქაა. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. საბოსტნე კულტურაა. კულტივირებულია თითქმის ყველა ქვეყანაში, არსებობს მისი სხვადასხვა ჯიში. ველური სახით უცნობია.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ - ლ ე უ ლ ი ა ძირხვენა.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ძირხვენა შეიცავს 11-12% შაქარს, 1,7% ცილას, 5-17მგ/% A, C, B₁, B₅, B₆, P, PP, E ვიტამინებს, ანტიოქსიდანტებს, რკინას,

კალიუმს, კალციუმს, მაგნიუმს, ფოსფორს, კობალტს, თუთიას, ამინომჟავებს, ცხიმებს, ორგანულ მჟავებს, პექტინოვან ნივთიერებებს, რიბოფლავინს, თიამინს, აზოტის შემცველ ნივთიერებებს, 14-18% მშრალ ნივთიერებას.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში ქარხალის წვენი უძველესი დროიდან გამოიყენება ავიტამინოზის, სისხლნაკლებობის, გამოფიტვის, დაუძლურების, იმუნიტეტის დაქვეითების, ონკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ. ქარხალი ხელს უშლის პათოგენური მიკროფლორის განვითარებას, ამცირებს სისხლის წნევას და სისხლში ქოლესტერინის შემცველობას, ახდენს სისხლძარღვების გაფართოვების, სპაზმოლიტიკურ და დამამშვიდებელი მოქმედებას, იცავს ორგანიზმს რადიექტიური ნივთიერებების და მძიმე მეტალების ზემოქმედებისაგან (ტყვია, სტრონციუმი და სხვა), შესწევს ქოლესტერინის გამოყოფის უნარი. ჰიპერტონული დაავადებისა და სისხლძარღვთა სპაზმების დროს რეკომენდებულია ქარხლის და

თაფლის წვენი თანაფარდობით 1:1. ავიტამინოზის, ანემიის, გულ-სისხლძარღვთა და საჭმლის მომწელებელი სისტემის დაავადებების დროს სასურველია ახალი ქარხლის წვენის მიღება 0.5 ჩ/ჰიქა 3-ჯერ დღეში, ჟამამდე 15-20 წთ-ით ადრე, სიმსივნური დაავადებების დროს - ყავის ჭიქით 3-4 -ჯერ დღეში.

ქიაფერა *Phytolacca americana* L. Лаконос американский

დახასიათება. 1-1,5 მ სიმაღლის მრავალწლიანი, მსხვილფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ფიტოლაკასებრთა (*Phytolaccaceae*) ოჯახიდან. მსხვილ, მოწითალო, მომწვანო ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული ლანცეტა, კიდემთლიანი შიშველი ფოთლები. თეთრი, მტევან ყვავილედებად შეკრებილი განლაგებულია ღეროსა და ტოტების წვერში. ნაყოფი შავი კენკრაა მრავალი თესლით. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-სექტემბერში.



გავრცელება. მცენარის სამშობლოა ჩრდილოეთი ამერიკა. აჭარაში გავლურებულია ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება გზების გასწვრივ, მდინარეთა ხეობებში, ფერდობებზე, პლანტაციებში. სარეველაა.

სამკურნალო ნედლეულია ფესურები და ფოთლები. ფესურებს აგროვებენ შემოდგომაზე, ფოთლებს - ყვავილობის პერიოდში. აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფესურები შეიცავს 0,16% ალკალოიდებს, საპონინებს, ეთეროვან ზეთებს. ფოთლები შეიცავს ტრიტერპენულ საპონინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ოფიციალურ მედიცინაში ფესურისა და ფოთლებისაგან ამზადებენ რადიკულიტის საწინააღმდეგო პრეპარატ „აკოფიტს“. ფესურაში არსებული ნივთიერებები შედის პრეპარეტ „ეხინორის“ შემადგენლობაში, რომელსაც იყენებენ ფარინგიტის სამკურნალოდ.

ქილი

Juncus effusus L.

Ситник расходящийся



დახასიათებ ა. 1 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, ბალახოვანი მცენარეა ქილისებრთა (Juncaceae) ოჯახიდან. ღეროები ცილინდრულია, ჯგუფურად შეკრებილი, შიგნიდან ამოვსებული რბილი, თეთრი მასით. ღეროზე ვითარდება წვრილი, მურა მომწვანო ყვავილები, რომლებიც

შეკრებილია საგველა ყვავილედებად, მათ ძირში ზის ერთი მწვანე ფოთოლი. ნაყოფი სამბუდიანი კოლოფია. ყვავილობს მაის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობიდან მთის შუა სარტყლამდე. იზრდება სველ, დაქაობებულ ადგილებში,

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ღეროები და ფოთლები, რომლებსაც აგროვებენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში, ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები და ღეროები შეიცავს კუმარინებს, ფლავონოიდებს, საპონინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. აჭარის მოსახლეობა მცენარეს „ჭილოფს“ ეძახის. სამკურნალოდ იყენებენ ღეროების და ფოთლების შიგნით მოთავსებულ თეთრ, ღრუბლისებურ მასას, რომელსაც აგროვებენ, ცოტათი ტკეპნიან, იღებენ ხორცმეტზე და იხვევენ. ამ პროცედურას იმეორებენ 2 კვირის განმავლობაში. ხორცმეტი სრულიად ქრება.

ჭინჭარი

Urtica dioica L.

Крапива двудомная

და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 50-80 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, მცოცავფესურიანი, ორსახლიანი, მსუსხავი, ბალახოვანი მცენარეა ჭინჭრისებრთა (*Urticaceae*) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, ოთხწახნაგოვანი, უხეში ბეწვებით და მსუსხავი ჯირკვლოვანი ბუსუსებით დაფარული. ფოთლები კვერცხისებურია, ხერხკბილა, ყუნწიანი, მსუსხავი ბუსუსებით დაფარული. წვრილი, მომწვანო, ერთსქესიანი ყვავილები ზედა ფოთლების იდლიებში შეკრებილია თავთავისებურ, თავქვე დაკიდებულ ყვავილედებად. ნაყოფი მოყვითალო-მონაცრისფრო კვერცხისებური კაკლუჭაა. ყვავილობს მაისიდან ოქტომბრამდე. ნაყოფები მწიფდება ივლის-ოქტომბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპებამდე. გვხვდება გზების ნაპირებზე, საცხოვრებელ სახლებ-

თან, ღობეებთან, ხრამებში, მდინარეების ნაპირებზე, ნესტიან ტყეებში, ბუჩქნარებში და სხვაგან.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ე უ ლ ი ა მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვებენ ვეგეტაციისა და ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები მდიდარია ვიტამინებით, კერძოდ, ასკორბინის მუავით (0,6 მგ/%) და კაროტინით (50 მგ /%), ასევე A, B ვიტამინებით, 10 %-მდე მთრიმლაკე ნივთიერებებით, 10 %-მდე სახამებლით, 25%-მდე შაქრებით, 8%-მდე ქლოროფილით, გუმფისით.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში ჭინჭრის ნახარშს იყენებენ თმის ცვენის წინააღმდეგ შემდეგი წესით: 2-3 ს/კ ნედლ ან გამომშრალ და დაქუცმაცებულ ფოთლებს ასხამენ 0,5 ლ წყალს და 0,5 ლ ძმარს. ადუღებენ 30 წთ-ის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე, წურავენ და საღამოს ძილის წინ იზანენ თავს, ხოლო დასაღევად ამზადებენ თხიერ ექსტრაქტს ან ნაყენს შემდეგი წესით: 20 გ (1 ს/კ) მშრალ, დაქუცმაცებულ ფოთლებს ასხამენ 1 ჩაის ჭიქა მდულარე წყალს, აჩერებენ 4 სთ-ს, წურავენ და სვამენ ყავის ჭიქით 3-4 -ჯერ დღეში. მკურნალობის კურსი 1 თვეა.

ჭინჭრის დედა *Lamium album L.* Глухая крапива

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 60 სმ-მდე სიმაღლის, ფესურიანი, მრავალწლოვანი ბალახოვანი მცენარეა ტუჩოსანთა (Lamiaceae) ოჯახიდან. სწორმდგომ, ოთხწახნაგოვან ღეროზე მოპირისპირედ არის განლაგებული კვერცხისებური, 10 სმ-მდე სიგრძის, დაკბილული, ყუნწიანი ფოთლები. თეთრი, ორტუჩა ყვავილები ზედა ფოთლების ილიებში შეკრებილია რგოლებად. ნაყოფი იშლება 4 მუქ-ნაცრიფერ

კაკლუქად. ყვავილობს აპრილ- აგვის-
ტომი. ნაყოფები მწიფდება ივნის-სექ-
ტემბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება
ზღვისპირა დაბლობებიდან სუბალპე-
ზამდე ტყეებში, ტყისპირებზე,
მინდვრებში, ბუჩქნარებში, გზების
გაყოლებაზე, ბაღებში, წყალსატევების
ნაპირებთან.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ
ლ ი ა ყვავილები, რომლებსაც აგრო-
ვებენ მშრალ ამინდში და აშრობენ
ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა.
ყვავილები შეიცავს ალკალოიდებს, გლიკოზიდებს, საკონინებს,
ფლავონოიდებს, მთრიმლავი ნივთიერებებს, ლორწოს, C ვიტამინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. აქარის ხალხურ მედიცინაში ყვავილების ნა-
ყენს იყენებენ ფილტვებიდან, ნაწლავებიდან და საშვილოსნოდან
სისხლდენის შემაჩერებელ საშუალებად. საკმაოდ გავრცელებულია
მცენარის გამოყენება, როგორც სისხლის გამწმენდი საშუალება ბავ-
შეებში ფურუნკულოზის, ეგზემის, კანის წყლულების, გამონაყარის
დროს. ნაყენს ამზადებენ 1 სუფრის კოვზი ნედლეულისა და 1 ჩაის
ჭიქა ადუღებული წყლისაგან, აჩერებენ 3 სთ-ს, წურავენ და იღებენ
ყავის ჭიქით 4-5-ჯერ დღეში.



ქოროხის მუხა
Quercus dshorochensis C. Koch
Дуб Чорохский

დახასიათება. 25 მ-მდე სიმაღლის ფოთოლმცვენი ხეა
წიფლისებრთა (Fagaceae) ოჯახიდან. ღეროს ქერქი მუქი ყავისფერია,

დამსკდარი. ყლორტების ქერქი გლუვია და დაფარულია მოთეთრო ჯირკვლებით, მასზე მორიგეობით არის განლაგებული მოკლეყუნწიანი, წაგრძელებული, ორივე მხრიდან შიშველი, 8-15 სმ სიგრძისა და 3-7 სმ სიგანის ფრთისებრდანაკვეთული ფოთლები. ყვავილები წვრილია, ცალსქესიანი, მამრობითი ყვავილები გრძელყუნწიანი, მომწვანო ფერის დაკიდებული მტევანია, მდედრობითი ყვავილები მწვანეა და მჯდომარე. ნაყოფი ყავისფერი კანით დაფარული ერთთესლიანი რკოა. ყვავილობს აპრილ-მაისში. ნაყოფები მწიფდება ივნის-ივლისში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა.
იზრდება აჭარისწყლის ხეობის

ქვიან ფერდობებზე ზღვის დონიდან 1300-1400 მ-მდე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ლეროს ქერქი, რომელსაც აგროვებენ ადრე გაზაფხულზე, ლეროში წვენთა მოძრაობის დაწყებისთანავე. ამ დროს ქერქი ადვილად სცილდება მერქანს. ლეროებზე და ტოტებზე აკეთებენ ნახევრად მრგვალ 25-30 სმ სიგრძის ნაჭდევებს, რის შემდეგაც ქერქს აცლიან მერქანს. ქერქის შესაგროვებლად იყენებენ ახალგაზრდა მუხის ხეებს. ტოტების მოჭრა აკრძალულია. ქერქს ამრობენ ჩრდილში, ორპირ ქარში ან კარგად განიკვებულ შენობაში. ნედლეული არ უნდა დასველდეს, რადგან დასველებული ქერქი კარგავს მასში შემავალი მთრიმლავი ნივთიერებების დიდ ნაწილს. მშრალი ქერქი მოღუნვისას ტყდება.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ქერქი შეიცავს 10-20% მთრიმლავ ნივთიერებებს, პექტინებს, 6% ფლავონოიდებს, 5-8% სახამებელს, 5%- მდე ცხიმებს, 5-6% შაქრებს და ცილებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში ქერქის ნახარში გამოიყენება ღრძილებისა და პირის ღრუს ლორწოვანი გარსის ანთების, კუჭ-ნაწლავის აშლილობის და ფეხების ჭარბი ოფლიანობის დროს. ნა-

ხარშის მოსამზადებლად იღებენ 2 ს/კ (40გ) ნედლეულს, ასხამენ 1 ლ ცივ წყალს და ადუღებენ 15 წთ-ს, აცივებენ, წურავენ და ივლებენ პირის ღრუში 3-4-ჯერ დღეში. ამავე მიზნით გამოიყენება ჰართვისის მუხაც *Quercus Hartwissiana* Stev.

ხარისშუბლა (თავციითელა)

Senecio platyphylloides somm. & Levier = *Adenostyles platyphylloides* (somm. & Levier) Czer.

Крестовник широколистный

დახასიათება. 2 მ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი, ბალახოვანი მცენარეა ასტრასებრთა (*Asteraceae*) ოჯახიდან. ღერო სწორმდგომია, სიგრძეზე წვრილად დადარული. ფოთლები გრძელყუნწიანია, ღეროს ქვედა ნაწილში ღერომხვევი, სამკუთხა, ფართოფუძიანი, მორიგეობით განლაგებული. ზედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები უფრო პატარა ზომის და წაგრძელებულ-ლანცეტისებურია. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია კალათა ყვავილედებად, რომლებიც, თავის მხრივ, კენწურულ ფარისებრ ყვავილედებს ქმნის. ნაყოფი თესლურაა. ყვავილობს ივლის-სექტემბერში. ნაყოფები მწიფდება ოქტომბერ-ნოემბერში.



გავრცელება. იზრდება ზღვის დონიდან 1500-2500 მეტრამდე. გვხვდება ტყის ზედა და სუბალპურ სარტყელში ტყისპირებზე, მინდვრებში, მაღალბალახეულობაში, მდელოებზე.

სამკურნალო ნედლეულია მცენარის ყველა ნაწილი, რომელსაც ამზადებენ ყვავილობის პერიოდში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ალკალოიდებს: პლატიფილინს, სენეციფილინს, ნეოპლატიფილინს, სარაცინს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ბათუმის ქიმიურ-ფარმაცევტული საწარმო – „ბათფარმა“ ხარისშულბლასაგან ამზადებს პრეპარატ „პლატიფილინის ჰიდროარტრატსო ამპულებში, რომელსაც იყენებენ მუცლის ღრუს მუსკულატურის, ჰიპერტონიის, სტენოკარდიის და სისხლძარღვების სპაზმის დროს. მსგავსი გამოყენება აქვს რომბისებრფოთოლა თავყვითელას *Senecio rhombifolius* (Adam.) Sch, რომელიც ზემოთ განხილული სახეობისაგან განსხვავდება იმით, რომ ღეროს შუა და ქვედა ნაწილში განლაგებული ფოთლები ღეროს არ ეხვევა. მისგან მზადდება პრეპარატი „სარაცინის ჰიდროარტრატი“, რომელსაც იყენებენ შინაგანი ორგანოების მუსკულატურის სპაზმის დროს.

ხარისჩლიქა

Asarum intermedium (C.A.Mey.) Grossh.

Копытень



და ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 20 სმ-მდე სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ძირმწარასებრთა (Aristolochiaceae) ოჯახიდან. გართბმულ ღეროზე მორიგეობითაა განლაგებული გრძელყუნწიანი, თირკმლისებური ფოთლები. მარტოული, მუქი

წითელი, სამნაკვეთიანი ყვავილები ვითარდება ფოთლის ილიებში. ნაყოფი კოლოფია. ყვავილობს მაის-ივლისში. ნაყოფები მწიფდება ივლის-აგვისტოში. შხამიანია.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთელი ტყის სარტყლის დაჩრდილულ ხეობებში. გავრცელების ადგილია გონიო, ქედა, ჩაქვისწყალი და სხვა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ფოთლები, ფესურები და ფესვები. ფოთლებს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ფესვებს და ფესურებს – შემოდგომაზე. აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მცენარის ყველა ნაწილი შეიცავს ეთეროვან ზეთებს, რომლის შემადგენლობაში შედის აქროლადი შხამიანი ნივთიერება აზარონი, დიაზარონი, აზარილის ალდეჰიდი, პინენი, ევგენოლი. შეიცავს აგრეთვე გლიკოზიდ-ალკალოიდ აზარინს, მთრიძლავ ნივთიერებებს, სახამებელს, ორგანულ მჟავებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. მედიცინაში ფესურისა და ფესვების წყლიანი ნაყენი და ფხვნილი გამოიყენება პირსასაქმებელ საშუალებად. ექსპერიმენტულად დადგენილია ფესურის პრეპარატების სისხლძარღვების შემავიწროვებელი მოქმედება. აჭარაში ხალხურ მედიცინაში ფოთლები გამოიყენება ბავშვებში ქიების დამდენ საშუალებად. ამისათვის ბავშვს აყნოსვინებენ მცენარის ფოთლებს ან დაჭრილ ფოთლებს აასხამენ ძაფზე და ბავშვს კისერზე დაკიდებდნენ. ქიები თანდათან იდევენება ორგანიზმიდან. მოზრდილებისთვის იღებენ 1 კვ. სმ ზომის ნაწილს ასხამენ 1 ჩ/ქ ცივ წყალს, აჩერებენ 2 სთ-ით, წურავენ და უზმოზე ასმევენ ქიებით დაავადებულ ადამიანს.

ხახვთესლა

Lysimachia verticillaris Spreng.

Лыговой чай

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 50-70 სმ სიმაღლის მრავალწლიანი, ფესურიანი ბალახოვანი მცენარეა ფურისულასებრთა (Primulaceae) ოჯახიდან. მეჩხერი ბუსუსებით დაფარულ ღეროზე რგოლურად

არის განლაგებული ყუნწიანი, კვერცხისებური, ქვედა მხარეს ღია ბუსუსებით შებუსული ფოთლები. ყვითელი ყვავილები შეკრებილია კენწრულ საგველებად. ნაყოფი კოლოფია, წვრილი თეს-ლებით. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება სექტემბერ-ოქტომბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება ზღვისპირა დაბლობებიდან ტყის ზედა საზღვრამდე, დაჩრდილულ ადგილებში, ტყის პირებზე, ბუჩქნარებში.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა მასა (ბალახი), რომელსაც აგროვე-

ბენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მიწისზედა მასა შეიცავს გლიკოზიდებს, ლორწოს, ტანინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ბალახის ნაყენი გამოიყენება კუჭის ძლიერი აშლილობის, დიზენტერიის წინააღმდეგ. ნაყენს ამზადებენ შემდეგი წესით: 2 ჩ/კ გამოშრალ, წვრილად დაჭრილ ნედლეულს ასხამენ 1 ჩ/კ მდუღარე წყალს, 7-10 წთ-ის შემდეგ წურავენ და ღებულობენ სუფრის კოვზით 4-5 ჯერ დღეში.

ბალახის დაწვის შედეგად მიღებული კვამლი ხოცავს ბუზებს.

ხახვი

Allium cepa L.

Лук

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. მრავალწლიანი საბოსტნე ბალახოვანი მცენარეა შრომანისებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან, 10-15 სმ დიამეტრის გაბრტყელებულ-ბურთისებური ბოლქვებით. ფოთლები

ფესვანურია, მილისებური, ღრუიანი. ყვავილები წვრილია, მოთეთრო, შეკრებილი — ქოლგებად. ნაყოფი კოლოფია, შავი სამწახნაგოვანი თეს-
ლებით. ყვავილობს ივლის-
აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება
აგვისტო-სექტემბერში. მცე-
ნარის ყველა ნაწილს აქვს სპეც-
იფიკური სუნი და ცხარე გემო.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. უძველესი დროიდან კულტივირებული საბ-
ოსტნე მცენარეა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნ ე დ ლ ი ბ ო ლ ქ ე ვ ბ ი.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ბოლქვები შეიცავს 0,01-0,05%
ეთეროვან ზეთებს, 10-11% შაქრებს, ვიტამინ C-ს (10 მკ/%) B₁-ს,
პროვიტამინ A-ს, ფლავონოიდ კვერცეტინს, ფიტონციდებს.

ხზომუბლა

Galega officinalis L.

Козлятник лекарственный

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 90 სმ-მდე სიმაღლის, მრავალწლიანი ბა-
ლახოვანი მცენარეა პარკოსანთა (Fabaceae) ოჯახიდან. ღერო დატ-
ოტვილია, სქლად შეფოთილი. კიდემთლიანი ფოთლები მო-
რიგეობითაა განლაგებული. ცისფერი ყვავილები ფოთლების ილ-
იებში შეკრებილი 25 სმ სიგრძის მტევნებად. ნაყოფი მრავალთეს-
ლიანი პარკია. ყვავილობს ივნის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება
აგვისტო-სექტემბერში. მცენარე შხამიანია.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა . გავრცელებულია ზღვისპირა დაბლობებში, იზრდება ტენიან ადგილებში, რკინიგზის გასწვრივ, მდელოებზე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა მიწისზედა ნაწილი (ბალახი და თესლები). ბალახს აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, აშრობენ ჩრდილში. თესლების შესაგროვებლად აგროვებენ მწიფე ნაყოფებს და აშ-

რობენ მზეზე.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა . ბალახი შეიცავს ალკალოიდებს, რომელთაგან მნიშვნელოვანია გალენი, პეგანინი, საპონინები.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა . ხზომუბლას პრეპარატები ინსულინისებურად მოქმედებენ შაქრიანი დიაბეტის დროს, განსაკუთრებით – იოლი ფორმის შემთხვევაში, რაც გამოწვეულია ალკალოიდ გალენის მოქმედებით, რომელიც იწვევს სისხლში შაქრის დონის შემცირებას. ოჯახის პირობებში ამზადებენ ნახარშს ბალახისაგან 1:10 ან თესლისაგან 1:20 თანაფარდობით და დებულობენ თითო სუფრის კოვზს 3-4 ჯერ დღეში.

ხებალახა

Solanum pseudopersicum Pojark.

Паслен сладко-горький

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა . 1-4 მ სიგრძის მრავალწლიანი, ფუძესთან ღეროგამერქნებული, მცოცავი მცენარეა ძალყურძენასებრთა (Solanaceae) ოჯახიდან. მცოცავ ღეროზე მორიგეობითაა განლა-

გებული ამოკვეთილკიდეებიანი, წაგრძელებულ-კვერცხისებური ფოთლები. იასამნისფერი ყვავილები შეკრებილია საგველა ყვავილედებად. ნაყოფი წითელი კენკრაა. ყვავილობს მაის-აგვისტოში. ნაყოფები მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.

გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის ქვედა და შუა სარტყლის ტენიან ხეობებში, მდინარეთა ნაპირებზე, ბუჩქნარებში. გვხვდება ბოტანიკურ ბაღში, ჩაქვი, ქახათში, თიკერში და სხვაგან.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ-
ლ ი ა მიწისზედა მასა, რომელსაც აგროვებენ ყვავილობის პერიოდში, ამრობენ ჩრდილში.



ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. მიწისზედა მასა შეიცავს გლიკოალკალოიდებს – სოლაცეინს და სოლანეინს, 8,5%-11% ტანიინებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. აჭარაში ხალხურ მედიცინაში ბალახის ნახარში გამოიყენება სასუნთქი გზების კატარის, ხველების, რევმატიზმის, ეგზემის, დიათეზის დროს. ნახარშის მოსამზადებლად 1,5 ჩ/კ ნედლეულს ასხამენ 2 ჩ/კ ცივ წყალს, ადუღებენ ნელ ცეცხლზე 1 სთ-ის განმავლობაში, აცივებენ, წურავენ და ღებულობენ ს/კ-ით 2-3-ჯერ დღეში.

ხეშავი

Rhamnus cathartica L.

Крушина слабительная

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 4-5 მ სიმაღლის დატოტვილი ბუჩქია ხეჭრელისებრთა (Rhamnaceae) ოჯახიდან ღეროზე მორიგეობით განლაგებული ელიფსური, ზემოდან პრიალა და ქვემოდან ხავერ-

დოვნად შეზუსული ფოთლებით, რომელთა ილიებში ჯგუფურად ვითარდება მოყვითალო-მწვანე ყვავილები. ნაყოფი შავი კენკრაა ყვითელი თესლით. ყვავილობს მაის-ივნისში, ნაყოფები მწიფდება აგვისტო – სექტემბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. იზრდება მთის შუა, ზედა და სუბალპურ სარტყელში. გავრცელებულია ტყისპირებზე, ბუჩქნარებში, ტყეთაშორის მდელოებზე. ადგილსამყოფელია ხულო, საფილეთი, რიყეთი, გოდერძისა და ზოდისის უღელტეხილი, ნაღვარევი, ტბეთი

და სხვა.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ნაყოფები, რომლებსაც აგროვებენ სრული სიმწიფის პერიოდში, ამრობენ ჩრდილში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ნაყოფები შეიცავს 0,8% ანტრაგლიკო-ზიდებს, ფლავანოიდებს, შაქრებს, პექტინებს, გუმფისს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ნაყოფები გამოიყენება კუჭის ამშლელ საშუალებად, რაც გამოწვეულია ანტრაგლიკოზიდებით. იყენებენ ბუასილის, ჰემაროის და უკანა ტანის ნახეთქების დროს.

ნაყენის მოსამზადებლად 1 ს/კ გამოშშრალ ნაყოფს ასხამენ 1 ჩ/კ მდულარე წყალს, დგამენ 2 სთ-ის განმავლობაში და ღებულობენ სადამოს 0,5 ჩ/კიქას. ხეშავის ნაყოფები შედის გამხსნელი ნაკრების შემადგენლობაში.

ხეჭრელი

Frangula alnus Mill.

Крушина ломкая

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 6 მეტრამდე სიმაღლის ბუჩქია ან დაბალი ხე ხეჭრელისებრთა (Rhamnaceae) ოჯახიდან. მონაცრისფრო-

რუხი ან ნაცრისფერი ქერქით. ახასიათებს მორიგეობით განლაგებული, ფართო კვერცხისებური, 3-11 სმ სიგრძისა და 3-7 სმ სიგანის ფოთლები. წვრილი, მოთეთრო-მოყვითალო ყვავილები ჯგუფებადაა განლაგებული ფოთლის ყუნწის უბეებში. ნაყოფი შავი, წვნიანი, 8-10 მმ დიამეტრის კენკრაა 2-3 ყავისფერი თესლით. ყვავილობს ივნის-ივლისში. ნაყოფი მწიფდება აგვისტო-ოქტომბერში.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. გვხვდება ზღვისპირა დაბლობიდან მთის ზედა სარტყლამდე. განსაკუთრებით უხვადაა ფოთლოვანი ტყის ქვედა სარტყელში. აჭარაში გავრცელებულია ხულოში, რიყეთში, გოდერძის უღელტეხილზე, ნაღვარევში, ტბეთში და სხვაგან.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა ქერქი, რომელსაც ამზადებენ გაზაფხულზე და ზაფხულის დასაწყისში წვენთა მოძრაობის დაწყების დროს. ამრობენ ჩრდილში. გამომშრალ ქერქს ინახავენ თავდახურულ ქურჭელში.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ხეჭრელის ქერქი შეიცავს ანტრაგლიკოზიდებს: გლუკოფრანგულინს, ფრანგულაროზიდებს და ფრანგულინებს, ალკალოიდებს. ხეჭრელის ახალშეგროვილ ქერქში მოიპოვება მომწამლავი ნივთიერება – რამნიეტოქსინი, რომელიც იწვევს მოწამვლასა და პირღებინებას. გამომშრალ ქერქში ერთი წლის შემდეგ იგი სრულიად ქრება, ამიტომ გამომშრალი ქერქი ამ მხრივ სავსებით უვნებელი ხდება.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ანტრაგლიკოზიდები ორგანიზმში მოხვედრისას, საჭმლის მომნელებელი ფერმენტების ზემოქმედებით აძლიერებენ მსხვილი ნაწლავის პერისტალტიკას, მაგრამ არ იწვევენ სხვა დანარჩენი ნაწლავების ლორწოვანი გარსის გაღიზიანებას. ამიტომაც ხეჭრელის ქერქი ითვლება მსუბუქად მოქმედ კუჭის ასამლელ საშ-

უალებად. ხეჭრელის ქერქს იყენებენ ატონიური შეკრულობის, კოლიტის და ჰემაროის დროს. იყენებენ ქერქის ნახარშს, რომელიც მოქმედებას იწყებს მიღებიდან 8-10 სთ-ის შემდეგ.

აქარის ხალხურ მედიცინაში ქერქის ნახარშს იყენებდნენ, როგორც კუჭის ასაშლელ და მუნის საწინააღმდეგო საშუალებას. ნაყოფებს კი იყენებდნენ წყალმანკის, ჭიების და ღვიძლის სამკურნალოდ.

ნახარშის მოსამზადებლად 2 სუფრის კოვზ დაქუცმაცებულ ქერქს და 1 ჩაის ჭიქა წყალს ადუღებენ 20 წუთის განმავლობაში, აჩერებენ 2 საათს, წურავენ და ღებულობენ 1/2 ჩ/ჭიქას საღამოს ძილის წინ.

ხისებრი ალოე

Aloe orborescens Mill.

Алоэ древовидное



დახასიათება. 1 მეტრამდე სიმაღლის სწორმდგომი, მარადმწვანე, სუკულენტური მცენარეა შროშანასებრთა (Liliaceae) ოჯახიდან. ღერო დაუტოტავია. მასზე წვნიანი, ხორცოვანი, კიდეეკლიანი ფოთლები მორიგეობითაა განლაგებული. ყვავილები ნარინჯისფერია, წვრილყუნწიანი და თავდახრილი. ისინი შეკრებილია ცილინდრულ მტევნებად. ნაყოფი კოლოფია, მრავალი თესლით. ოთახის პირო-

ბებში ყვავილობს თებერვალ-მარტში. ნაყოფები არ მწიფდება.

გავრცელება. მცენარის სამშობლოა სამხრეთი აფრიკა, სადაც იგი ხემცენარეს წარმოადგენს. ფართოდაა გავრცელებული

მთელ მსოფლიოში, როგორც ოთახის კულტურა. ცნობილია, როგორც ასწლოვანი მცენარე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა 2 - 4 წლოვანი ნედლი ფოთლები და ყლორტები.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. ფოთლები შეიცავს მწარე გემოს გლიკოზიდურ შენაერთებს: ანტრაგლიკოზიდებს, ფერმენტებს და C, B ვიტამინებს.

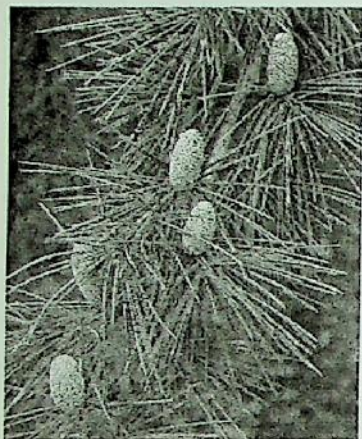
გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. ხისებრი ალოეს პრეპარატებს მრავალმხრივი გამოყენება აქვს მედიცინაში. თხევადი ექსტრაქტი გამოიყენება ინექციისათვის ქრონიკული გასტრიტის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულოვანი დაავადების, გინეკოლოგიური დაავადების, სისხლნაკლებობის და სხვა დაავადებათა დროს. იგი მომკვდინებელ გავლენას ახდენს ბევრ პათოგენურ მიკრობზე: სტაფილოკოკებზე, სტრეპტოკოკებზე, ნაწლავის, დიზენტერიისა და მუცლის ტიფის ჩხირებზე.

ხალხურ მედიცინაში გავრცელებულია ალოეს წვენი მომზადება შემდეგი წესით: 150 გ ნედლ ალოეს ფოთლებს აქუცმაცებენ ხელით, ურევენ 250 გ თაფლს და აჩერებენ სიბნელეში 4-6 დღის განმავლობაში, გაწურავენ და მიღებულ წვენს სვამენ თითო სუფრის კოვზს 3-ჯერ ჭამამდე მადის მომგვრელად, საჭმლის მონელების გასაუმჯობესებლად, გადატანილი დაავადებებით გამოწვეული გამოფიტვისა და ზოგიერთი სხვა ავადმყოფური მდგომარეობის გამო.

ჰიმალაური კედარი
Cedrus deodara Laws.
Кедр гималайский

დ ა ხ ა ს ი ა თ ე ბ ა. 50 მ-მდე სიმაღლის მარადმწვანე ხეა ფიჭვისებრთა (Pinaceae) ოჯახიდან. 2-3 სმ სიგრძის მუქი მწვანე წიწვები ტოტებზე ჯგუფურადაა განლაგებული. გირჩები აღმამ-

დგომია, კვერცხისებური, 7-10 სმ სიგრძის, მწიფდება განვითარებიდან 1 წლის შემდეგ.



გ ა ვ რ ც ე ლ ე ბ ა. მცენარის სამშობლოა ჰიმალაი და ავღანეთის მთები. საქართველოში შემოტანილია 1900-იან წლებში. გამოიყენება, როგორც სწრაფად მზარდი დეკორატიული და ქარსაფარი მცენარე.

ს ა მ კ უ რ ნ ა ლ ო ნ ე დ ლ ე უ ლ ი ა წიწვები და კვირტები, რომლებსც აგროვებენ წლის ნებისმიერ დროს.

ქ ი მ ი უ რ ი შ ე მ ც ვ ე ლ ო ბ ა. წიწვები შეიცავს 0, 5% ეთეროვან ზეთებს, ასკორბინის მჟავას, ფისებს.

გ ა მ ო ყ ე ნ ე ბ ა. წიწვებისა და კვირტების ნახარში გამოიყენება გრიპის, გაცივების და ფილტვების ანთების დროს, ხველების საწინააღმდეგო საშუალებად. ნახარშის მოსამზადებლად 100 გ ნედლეულს ასხამენ 1 ლ წყალს, ადუღებენ 10 წთ-ის განმავლობაში, აცივებენ, წურავენ, ატკობენ თაფლით და ღებულობენ ყავის ქიქით 3-ჯერ დღეში.

ლიტერატურა:

1. ბარამიძე ე. საკვები მცენარეების გამოყენება სამკურნალოდ. „დილა“. თბილისი. 1991.
2. ვარშანიძე ნ. და სხვ. „აჭარის შავი ზღვის სანაპიროზე კულტივირებული ფლავანოიდების შემცველი ზოგიერთი სამკურნალო მცენარის ბიოლოგიური თავისებურებანი“ //საერთაშორისო სამეცნიერო კონფერენცია. „კულტურულ მცენარეთა გენეტიკური რესურსები და მისი გამოყენება სოფლის მეურნეობაში“, თბილისი, 2008.
3. ვარშანიძე ნ. და სხვ. „გულ-სისხლძარღვოვან დაავადებათა წინააღმდეგ გამოყენებული მცენარეები აჭარის ფლორიდან“. ბიომედიცინის აქტუალური პრობლემები. ბათუმის II სკოლა-სემინარი. ბათუმი. 2009.
4. ვარშანიძე ნ. და სხვ. „ნერვული სისტემის დაავადებათა წინააღმდეგ გამოყენებული სამკურნალო მცენარეები აჭარის ფლორიდან“. შოთა რუსთაველის სახელმწიფო უნივერსიტეტის შრომებში. ტ. 13, ბათუმი. 2009;
5. ვარშანიძე ნ. „აჭარაში გავრცელებული ლეღვის სხვადასხვა ჯიშების შესწავლისათვის“. საქართველოს სოფ. მეურნეობის მეცნ. აკადემიის სამეცნიერო ჟურნალი „მოამბე“ ტ.25. თბილისი, 2009;
6. ვარშანიძე ნ. და სხვ. „მთრიმლავი ნივთიერებების შემცველობა ბათუმის ბოტანიკური ბაღის ველური და ინტროდუცირებული ფლორის ზოგიერთ წარმომადგენელში“. ბათუმის ბოტანიკური ბაღის მოამბე. ტ 33. ბათუმი. 2009;
7. ვარშანიძე ნ და სხვ. „თუთისებრთა (Moraceae) ოჯახის ზოგიერთი სამკურნალო მცენარის ფიტოქიმიური შემცველობა და ბიოეკოლოგიური თავისებურებანი“. ბათუმის ბოტანიკური ბაღის მოამბე. №33. ბათუმი. 2009;
8. ნ. ვარშანიძე. მ.ვანიძე. ი. ჯაფარიძე. აჭარის სასარგებლო მცენარეები. ინტერნეტწიგნი. ISBN 978-9941-0-1541-0,2009;
9. ვარშანიძე ნ. და სხვ. „აჭარის სამკურნალო მცენარეთა ბიომრავალფეროვნება“. საერთაშორისო კონფერენცია. აჭარის (სამხრეთ კოლხეთის) ბიოლოგიური მრავალფეროვნება. ბათუმი. 2009;

10. ვარშანიძე ნ. და სხვ. „საგულე გლიკოზიდების შემცველი სამკურნალო მცენარეები აჭარის ფლორიდან“. საერთაშორისო სამეცნიერო-პრაქტიკული კონფერენციის შრომები, ინოვაციური ტექნოლოგიები და თანამედროვე მასალები, ქუთაისი, 2010

11. ვარშანიძე ნ. „ორნაკოთიანი გინკგო, როგორც ძვირფასი დეკორატიული და სამკურნალო მცენარე.

12. ვარშანიძე ნ. თურმანიძე ნ. აჭარის სამკურნალო მცენარეთა ტაქსონომიური მრავალფეროვნება. საერთაშორისო კონფერენცია: საქართველოს ბიომრავალფეროვნება, თბილისი. 2011.

13. დიასამიძე ი. „აჭარის მუხნარების სამკურნალო მცენარეები“.

14. ერისთავი ლ. ფარმაკოგნოზია (სამკურნალო მცენარეები). „საქართველოს მაცნე“. თბილისი. 2005.

15. მყაუჭილი ა. ბოტანიკური ლექსიკონი. „მეცნიერება“. თბილისი. 1991.

16. სკლიარევსკი ლ., გუბანოვი ი. სამკურნალო მცენარეები ოჯახურ პირობებში. „დილა“. თბილისი. 1973.

17. საქართველოს ფლორა. II გამოც. ტ. I-XIV. „მეცნიერება“. თბილისი. 1971-2003.

18. სახელმწიფო ფარმაცოპეა. ტ. I-II. „მეცნიერება“. თბილისი. 1998, 2003.

19. შენგელია ზ. საქართველოს სამკურნალო მცენარეები. საქართველოს სამედიცინო გამომცემლობა. თბილისი. 1952.

20. შენგელია ზ. სამკურნალო მცენარეთა კულტურა საქართველოში. „საბჭოთა საქართველო“. თბილისი. 1983.

21. ჩაგელიშვილი ს, გოგორიშვილი მ. საქართველოს სამკურნალო მცენარეები. „მეცნიერება“. თბ. 1991.

22. შარაძე ლ. ველურ მცენარეთა გამოყენება აჭარის ხალხურ მედიცინაში. აჭარის სახელმწიფო მუზეუმის შრომები. ტ. 5. ბათუმი. 1961.

23. ხიდაშელი შ., პაპუნძიძე ვ. საქართველოს ტყის სამკურნალო მცენარეები. „საბჭოთა აჭარა“. ბათუმი. 1980.

24. ხიდაშელი შ., პაპუნძიძე ვ. საქართველოს ტყის სამკურნალო მცენარეები. „საბჭოთა აჭარა“. ბათუმი. 1985.

25. Acarturk. R. Sifali bitkiler flora ve Saglimiz. Orman genel mudurlugu. Yayn No.1.2001.
26. **Czerepanov, S.K.** Vascular plants of Russia and Adjacent states (the former USSR) Cambridge University press. 1995.
27. Gagnidze R. Vascular plants of Georgia a nomenclatural checklist. საქართველოს მეცნიერებათა აკადემია. გამოც. „უნივერსალი“. თბილისი.2005.
28. Iarosh E., Varshanidze N., Manvelidze Z. et all. Some biological characteristics of growth and development of two species of cork tree (Phellodendron amurense, ph. Amurense var. lavellei) in Ajara // PROCEEDINGS of Georgian Academi of Sciences; Biological series B, 2008, No 1-2, Vol. 6; ISSN 1512-2123 pp. 101-104;
29. Varshanidze N. Spasmolytic plants from adjara flora. შავი ზღვის აუზის ქვეყნების მედიკოს სტუდენტთა და პროფესორ-მასწავლებელთა შრომათა კრებული, ISSN 1987-7552 ბათუმი. 2009;
30. Varshanidze N., Sustainable development of someplants' row material black introduced to sea Side of Adjara. Abstracts book of International Conference "Batumi -Spring -2010" ISBN 978-9941-412-22-6 Batumi 2010 p.79;
31. Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР. (Под ред. Чикова П). „ГУГК“.М. 1983.
32. Атлас лекарственных растений СССР. (Под. ред. Цицина Н.). Изд-во „Медицинская литература. М. 1962.
33. Биологически активные вещества флоры Грузии. Вып. 9. АН ГССР. Серия 1. Тбилиси. 1960.
34. Биологически активные вещества флоры Грузии. Вып. 10. АН ГССР. Серия 1. Тбилиси. 1967.
35. Варшанидзе Н. Биологические особенности флавоноидсодержащих лекарственных растений, интродуцированных на Черноморское побережье Аджарии. Диссертация на соискание ученой степени кандидата биологических наук. Тбилиси. 1987.
36. Войтенко Г. и др. Ягодные растения лечат. Киев ХТЦ. Изд.„Симфокаре“. 1990.

37. Волинский Б. и др. Лекарственные растения в научной и народной медицине. Изд. Саратовского университета. Саратов. 1975
38. Гаммерман А., Гром И. Дикорастущие лекарственные растения СССР. Изд. „медицина“ М. 1976.
39. Дмитриева А.А. Определитель растений Аджарий. Т. I-II. Изд. „Мецниереба“. Тб. 1990.
40. Ибрагимов Ф., Ибрагимова В. Основные лекарственные средства китайской медицины. Изд. Медгиз. М. 1960.
41. Йорданов Д. и др. Фитотерапия. Лечение лекарственными травами. Изд. медицина и физкультура. София. 1968.
42. Кемертелидзе Э.П. Фитохимическое и растениеводческое исследование некоторых растений, произрастающих в Аджарии. Изд. Национальная академия наук Грузии. Тбилиси. 2010.
43. Ковалёва Н. Лечение растениями. Изд. „медицина“. М. 1971.
44. Козьяков С., Козьяков А. Лекарственные ягодные растения. Киев. Изд. „Урожай“. 1991.
45. Муравьева Д. и др. Фармакогнозия. Изд. „медицина“. М. 1981.
46. Муравьева Д. и др. Фармакогнозия. Изд. „медицина“. М. 2002.
47. Муравьева Д. Тропические и субтропические лекарственные растения. Изд. „Медицина“. М. 1997.
48. Носаль М., Носаль И. Лекарственные растения и способы их применения в народе. Государственное медицинское издательство РСФСР. Киев. 1959.
49. Пастушенков Л., и др. Лекарственные растения использованные в народной медицине и быту. Л. 1990.
50. Соколов С., Замотаев И. Справочник по лекарственным растениям. Изд. „медицина“ М. 1984.
51. Турова А. Лекарственные растения СССР и их применение. Изд. 2-ое. „Медицина“. М. 1974.
52. Шерстнев В.. Лекарственно-техническое сырье. Каталог. М. 1978.
53. Шретер А. и др. Лекарственная флора Кавказа. Изд. Медицина. М. 1979.
54. Чиков П., Павлов М. Наука и лекарственные растения. Изд. „Знание“. М. 1977.

55. Яценко-Хмелевский А., Штромберг А. Лекарственная флора нижней Аджарии. Биологически активные вещества флоры Грузии. Вып. 11. АН ГССР. Тбилиси. 1967.

56. Ярош Э. Фитохимическое изучение инжира обыкновенного, произрастающего в Грузии. Диссертация на соискание ученой степени кандидата фармацевтических наук. Кобулет. 1974.

57. <http://mkurnali.ambebi.ge/index.php/fitoterapia/samkurnalomcenareebi.html>

58. <http://www.ice.ge/new/samkurnalo/>

59. <http://mzareuli.ucoz.com/>

60. <http://www.aversi.ge/>

61. <http://greengarden.ge/>

62. <http://www.karavi.ge/57>.

63. <http://samkurnalomcenareebi.blogspot.com/>

64. <http://narkozi.com/mcenareebi/>.

65. <http://www.republicanhosp.ge/>

66. <http://herbstem.narod.ru/>

67. <http://mzareuli.ucoz.com/>

68. <http://www.presa.ge/new/?m=medical&AID>

69. <http://212.58.116.70:8080/cached>.

70. <http://janmrtelobainfo.ge/>

ს ა რ ჩ ე ვ ი

წინასიტყვაობა	3
აბზინდა <i>Artemisia absinthium</i> L. Пальнь горкая	4
ალისფერი სათითურა <i>Digitalis purpurea</i> L. Наперстянка пурпуровая	5
ალუბალი ჩვეულებრივი <i>Cerasus vulgaris</i> Mill. Вишня обыкновенная	6
ამი კბილის <i>Ammi visnaga</i> (L.) Lam.= <i>Visnaga daucoides</i> Gaertn. Ами зубная	8
ანჩხლა <i>Trachistemon orientalis</i> (L.) G. Don fil. Нордманния восточная	9
ანწლი <i>Sambucus ebulus</i> L. Бузина травянистая	10
არყი <i>Betula litwinowii</i> Doluch. Береза литвинова	11
ასკილი <i>Rosa canina</i> L. Шиповник	12
აღმოსავლური ნაძვი <i>Picea orientalis</i> (L.) Link. Ель восточный	13
აჭარის ყოჩივარდა <i>Cyclamen adzharicum</i> Pobed. Цикламен аджаринский	15
ბაბუნაწვერა <i>Taraxacum officinale</i> Wigg. Одуванчик	16

ზარამბო	
Melissa officinalis L.	
Мелиса лекарственная	17
ბალის პიტნა	
Mentha piperita L.	
Мята саловая	18
ზოზონვერა	
Usnea barbata (Hoffm)	
Чихрица	20
ზოლოვი	
Raphanus sativus L.	
Редька посевная	21
ბოსტნის წალიკა	
Polygonum persicaria L. = Persicaria maculata (Rafin.) A. & D. Love	
Почечуйная трава	22
ზროწეული	
Punica granatum L.	
Гранат	23
გვიმრუქა	
Asplenium septentrionale (L.) Hoffm.	
Костенец черный	25
გვირილა	
Matricaria chamomilla L. var. recutita (L.) Grierson	
Ромашка ободренная	25
გველის სურო	
Vinca minor L.	
Барвинок малый	27
გლედიჩია	
Gleditsia triacanthos L.	
Гледичия обыкновенная	28
გოგრა	
Cucurbita pepo L.	
Тыква	30
გრძელფოთოლა პიტნა	
Mentha longifolia (L.) Huds.	
Мята длиннолистная	31

გულყვიტელა <i>Calendula officinalis</i> L. Ноготки лекарственная	32
დათვრს კანაფი <i>Datisca cannabina</i> L. Конопляник Критский	34
დათვის მხალა, საყმაწვილოს წამალი <i>Cicerbita pontica</i> (Boiss.) Grossh. Молокан понгийский	35
დედოფლისთითა <i>Veronica officinalis</i> L. Вероника лекарственная	36
დეგალურა <i>Polygonum carneum</i> C. Koch. = <i>Bistorta carnea</i> (C. Koch) Kom. Гречишник темно-красный	37
დიდგულა <i>Sambucus nigra</i> L. Бузина черная	38
დიდყვავილა მაგნოლია <i>Magnolia grandiflora</i> L. Магнолия крупноцветковая	39
ქწრის გვიმრა <i>Pteridium tauricum</i> V. Krecz. Орляк	40
ვარდისფერი კატარანთუსი <i>Catharanthus roseus</i> (L.) G. Don. Катарантус розовый	41
ვარდკაჭაჭა <i>Cichorium intybus</i> L. Цикорий обыкновенный	42
ვაშლი <i>Malus domestica</i> Borkh. Яблоня обыкновенная	43
ვირისტერფა <i>Tussilago farfara</i> L. Мать и мачеха	44

ვორონოვის თეთრყვავილა Galanthus Woronowii Losinsk. Подснежник Воронова	46
თაგვისარა Ruscus ponticus Woronow Иглица понтийская	47
თავშავა Origanum vulgare L. Душица обыкновенная	48
თირკმლის ჩაი Orthosiphon stamineus Benth. Почечный чай	49
თუთუბო Rhus coriaria L. Сумах дубальный	50
თხაწართხალა, ხარიკუდა Chamaenerion angustifolium (L.) Scop. Иван-чай узколистный	51
იაპონური ზღმარტლი (მუშმულა) Eriobotrya japonica L. Мушмула японская	52
ისლი Carex brevicollis DC. Осока	53
კავკასიური ბელადონა Atropa bella-donna Kreyer Белладонна Кавказская	54
კავკასიური სოჭი Abies nordmanniana (Stev.) Spach Пихта Кавказская	55
კავკასიური შროშანა Convallaria majalis L. subsp. <i>transcaucasica</i> (Utkin ex Grossh.) Bbordz. Ландыш закавказский	56
კავკასიური ცაცხვი Tilia caucasica Rupr. = T. Begonifolia Stev. Липа Кавказская	58

კავკასიური ხარისძირა Helleborus caucasicus A. Br. Морозник кавказский	59
კაკლის ხე (ხეგოზი) Juglans regia L. Орех Грецкий	60
კალანხოე Calanchoe pinnata L. Каланхоэ перистое	61
კარტოფილი Solanum tuberosum L. Картофель	62
კატაბალაზა Valeriana officinalis L. Валериана лекарственная	64
კატაბარდა Clematis vitalba L. Ломонос	65
კეთილშობილი დაფნა Laurus nobilis L. Лавр благородный	66
კივი Actinidia deliciosa L. Киви	67
კილაშურა, კლდის ძირტკბილა Polypodium vulgare L. Многоножка обыкновенная, сладкий корень	68
კიტრი Cucumis sativus L. Огурец	69
კლდის დუმა Sedum caucasicum (Grossh.) Boriss. = Hylotelephium caucasicum (Grossh.) H. Ohba Очиток Кавказский	70
კოთხოჯი Acorus calamus L. Аир болотный	71

კოლხური სურო <i>Hedera colchica</i> (C. Koch) C. Koch Плющ Колхидский	72
კომბოსტო თავბვეულა <i>Brassica oleracea</i> L. Капуста кочанная	74
კომში <i>Cydonia oblonga</i> Mill. Айва обыкновенная	75
კონახური <i>Berberis vulgaris</i> L. Барбарис обыкновенный	76
კრაზანა <i>Hypericum perforatum</i> L. Зверобой пронзенный	78
კულმუხო <i>Inula helenium</i> L. Девясил лекарственный	79
კუროსთავი <i>Tribulus terrestris</i> L. Якорцы стелющиеся	81
ლანცეტაფოთოლა მრავალმარღვა <i>Plantago lanceolata</i> L. Подорожник ланцетолистный	82
ლემა <i>Datura stramonium</i> L. Дурман обыкновенный	83
ლენცოფა <i>Hyoscyamus niger</i> L. Белена черная	84
ლეღვი <i>Ficus carica</i> L. Инжир обыкновенный	85
ლიკოპოდიუმბი <i>Lycopodium clavatum</i> L. Плаун булавочный	86

ლიმონი Citrus limon osb. Лимон	88
ლობიო Phaseolus vulgaris L. Фасоль обыкновенный	89
ლურჯი ანუ სფერული ევკალიპტი Eucalyptus globulus Labill Эвкалипт шариковый	90
მამასწარა Asplenium trichomanes L. Костенец волосовидный	92
მამულა Artemisia vulgaris L. Белоцветник обыкновенный	92
მაქალო Malus orientalis Uglitzk. Яблоня восточная	94
მარმუქი Alchemilla oxypepala Juz. = A. persica Rothm. Манжетка Острошашелистковая	95
მაჯაღვერი Daphne mezereum L. Ролчягодник обикновенный	96
მღგნალი Salix caprea L. Ива козья	97
მეჭეპეა Dichrocephala bicolor (Roth) Schlecht. = D. integrifolia (L. fil.) O. Kuntze Двухцветноголовник	98
მთის პიტნა Calamintha grandiflora (L.) Moench. Душевик крупноцветковый	98
მთის ჩაღუნა Dryopteris filix-mas (L.) Schott Щитовник мужской	100

მთრთოლავი ვერხვი Populus tremula L. Осина обыкновенная	101
მინდვრის ია Viola arvensis Murr. Фиалка полевая	102
მინდვრის ნემსა Galium verum L. Подмаренникнастоящий	103
მოპიტნაო Clinopodium umbrosum (Bieb.) C. Koch Душевник обыкновенный	104
მუზარადა Scutellaria galericulata L. Шлемник обыкновенный	105
მრგვალოფოთოლა მრავალმარღვა Plantago major L. Подорожник	106
მწვავე ფუნთუშა Sedum acre L. Очиток едкий	108
მწყემსის ჩანთა, წიწმატურა Capsella bursa-pastoris (L.) Medik. Пастушья сумка	109
მხოხავი ქანგა Agorugum repens (L.) Pal. Пырей ползучий	110
ნიახური Arium graveolens L. Сельдерей	111
ნიგეზისძირა (მარიამხელა) Geum urbanum L. Гравилат городской	113
ნიორი Allium sativum L. Чеснок	114

ოთხფურცელა მარწყვაბალახი <i>Potentilla erecta</i> (L.) Reusch. Лопчатка прямостоячая	116
ოლეანდრე <i>Nerium oleander</i> L. Олеандр	117
ომბალო <i>Mentha pulegium</i> L. Мята блошная	118
ონტკოვა <i>Physalis alkekengi</i> L. Физалис обыкновенный	119
ორკბილა <i>Bidens tripartita</i> L. Черда прехраздельная	120
ორთვანდი <i>Arctium lappa</i> L. Лонух	122
ოქროწვეპლა <i>Solidago virgaurea</i> L. Золотая розга	123
ოშოშა <i>Glechoma hederaceae</i> L. Будра плющевая	124
ობრაბუმი (მაკიდო) <i>Petroselinum sativum</i> Hoffm. Петрушка огородная	125
პასიფლორა <i>Passiflora incarnata</i> L. Пласофлор инкарнатный	127
პირმუშა <i>Armoracia laphathifolia</i> Gilib Хрен обыкновенный	128
პონტური შქერი <i>Phododendron ponticum</i> L. Рододендрон потииский	129

პუერარია <i>Pueraria hirsute</i> (humb.) DC Пуэрария волосистая	130
ჯანგისფერი სათითურა <i>Digitalis ferruginea</i> L. Наперстянка ржавая	131
ქოლო <i>Rubus idaeus</i> L. Малина	132
სალბი <i>Salvia glutinosa</i> L. Шалфей клейкий	134
სამატლე <i>Thalictrum foetidum</i> L. Василистник вонючий	135
სამკურნალო მატრიკარია <i>Matricaria chamomilla</i> var. <i>recutita</i> (L.) Grierson = <i>M. Recutita</i> L. Ромашка ободренная	136
სამკურნალო პიტნა <i>Calamintha officinalis</i> Moench = <i>C. nepeta</i> (L.) Savi Пахучка лекарственная	137
სამკურნალო სატაცური <i>Asparagus officinalis</i> L. Спаржа лекарственная	138
სამკურნალო ტუხტი <i>Althea officinalis</i> L. Алтей лекарственный	139
სამკურნალო ძიძო <i>Melilotus officinalis</i> (L.) Pall. Донник лекарственный	140
საპონა <i>Saponaria officinalis</i> L. Мыльнянка лекарственная	141
საჭარა <i>Pyrethrum parthenifolium</i> Willd. Ромашка гваюлолистная	143

სელიკა	
<i>Linaria vulgaris</i> L.	
Лянянка обыкновенная	144
სიმინდი	
<i>Zea mays</i> L.	
Кукурузა	145
სკოპოლია	
<i>Scopolia carniolica</i> Jacq.	
Скополия красноватая	146
სოკო „ჩაგა“	
<i>Ipomota obilquus</i> (pers.) piel	
Гриб чага	147
სოსნოვსკის ფიჭვი	
<i>Pinus sosnowskyi</i> Nakai. = <i>P. kochiana</i> Klotzsch ex C. Koch	
Сосна Сосновская	148
სტაფილო	
<i>Daucus carota</i> L.	
Марков посевная	149
სტერკულია (ხემაგარა)	
<i>Sterculia platanifolia</i> L.	
Стеркулия платанолистная	150
ტაბელა	
<i>Pteris cretica</i> L.	
Птерис критский	151
ტენცო, წყლის პიტნა	
<i>Mentha aquatica</i> L.	
Мята водяная	153
ტყის დედაფუტკარა	
<i>Stachys sylvatica</i> L.	
Чистец лесной	154
ტყის კამა	
<i>Peucedanum caucasicum</i> (Bieb.) C. Koch = <i>Cervaria caucasica</i> (Bieb.) M. Pimen.	
Морковник кавказский	155
ტყის მალვა, მლოლქა	
<i>Malva sylvestris</i> L.	
Мальва лесная	156

ტყის მარწყვი <i>Fragaria vesca</i> L. Земляника лесная	157
ტყის ფურისულა <i>Primula sibthorpii</i> Hoffm. & G. Первоцвет Сибторфа	158
ტყის ჩიტისთვალა <i>Asperula odorata</i> L. = <i>Galium odoratum</i> (L.) Scop. Ясменник душистый	159
უკვდავა (ნეგო) <i>Helichrysum graveolens</i> (Bieb.) Sweet Бессмертник сильнопахучий	160
უცუნა ლამაზი <i>Colchicum speciosum</i> Stev. Безвременник красивый	162
ფარსმანდუკი <i>Achillea millefolium</i> L. Тысячелистник	163
ფეიჰოა <i>Feijoa sellowiana</i> Berg. Фейхоа	164
ფითრი <i>Viscum album</i> L. Омела белая	165
ფშანის ეკალი <i>Ononis arvensis</i> L. Стальник полевой	166
ქაფუნა <i>Herniaria glabra</i> L. Грыжник голый	167
ქაცვი <i>Hippophae rhamnoides</i> L. Облепиха	168
ქერიფქლა, ზამბიქულა <i>Verbascum thapsus</i> L. Медвежье ухо	170

ქინძი <i>Coriandrum sativum</i> L. кориандр обыкновенный	171
ქლიავი <i>Prunus domestica</i> L. Слива	172
ქრისტესბეჭედა <i>Sanicula europaea</i> L. Подлесняк европейски	172
ქრისტესისხლა <i>Chelidonium majus</i> L. Чистотел	173
ღანძილი <i>Allium ursinum</i> L. Лук медвежий	175
ღვედკეცი <i>Periploca graeca</i> L. Обвойник греческий	176
ყვითელი დუმბარა <i>Nuphar lutea</i> (L.) Smith. Желтая кувшинка	177
ყვითელი ყაყაჩურა <i>Glaucium flavum</i> Grantz Глауциум желтый	178
ყურმეწი <i>Vitis vinifera</i> L. Виноград европейский	179
შავბალახა <i>Leonurus quinquelobatus</i> Gilib. Пустырник пятилопастный	180
შავი კუნელი <i>Crataegus pentagyna</i> Waldst. & Kit. Боярышник черный	181
შავი მოცხარი <i>Ribes biebersteinii</i> Berl. ex DC. Черная смородина	183

შვიტა <i>Equisetum arvense</i> L. Хвощ полевой	184
შინდი <i>Cornus mas</i> L. Кизил	185
შხამა <i>Veratrum lobelianum</i> Bernh. Черемица	186
ჩვეულებრივი ასისთავა <i>Centaurium erythraea</i> Rafn Золототысячник зонтичный	188
ჩვეულებრივი თხილი <i>Corylus avellana</i> L. Лещина обыкновенная	189
ჩვეულებრივი იფანი <i>Fraxinus excelsior</i> L. Ясень высокий	190
ჩვეულებრივი მარშანცია, ღვიძლის ხაგსი <i>Marchantia polymorpha</i> L. Маршанция обыкновенная	191
ჩვეულებრივი მათიტელა <i>Polygonum aviculare</i> L. Горец птичий	192
ჩვეულებრივი მოცვი <i>Vaccinium myrtillus</i> L. Черника	193
ჩვეულებრივი კვლიავი <i>Samolus carvi</i> L. Тмин	195
ჩვეულებრივი ღოღო (ღვალო) <i>Rumex crispus</i> L. Щавель курчавый	196
ჩვეულებრივი ხურმა <i>Diospyros lotus</i> L. Хурма кавказская	198

ცერცო <i>Foeniculum vulgare</i> Mill. Укроп огородный	199
ცეტრარია (ისლანდიური „ხავსი“) <i>Cetraria islandica</i> (L.) Ach. Исландский лишайник	200
ცირცელი <i>Sorbus boissieri</i> Schneid. Рябина	201
ცისფერი მოცვი <i>Vaccinium uliginosum</i> L. Голубика	202
ცხენისკბილა <i>Leucosium aestivum</i> L. Белоцветник летный	203
ცხენისწაბლი <i>Aesculus hippocastanum</i> L. Каштан конский	204
ძაღლის ენა <i>Cynoglossum officinale</i> L. Чернокорень лекарственный	205
ძაღლის სატაცური <i>Tamus communis</i> L. Водогон	206
ძაღლმაცვალა <i>Rubus caesius</i> L. Ежевика сизая	207
ძახელი <i>Viburnum opulus</i> L. Калина обыкновенная	209
ძირტკბილა <i>Glycyrrhiza glabra</i> L. Солодка голая	210
ძმერხლი <i>Ruscus colchicus</i> P. F. Yeo Иглица колхидская	211

წაბლი	
<i>Castanea sativa</i> Mill.	
Каштан посевной	212
წამალწვრილი	
<i>Cyperus badius</i> Desf.	
Сыть темно-каштановая	213
წითელი გვირილა	
<i>Ryethrum roseum</i> (Adam) Bieb. = <i>P. Coccineum</i> (Willd.) Worosch.	
Ромашка	214
წითელი კუნელი	
<i>Crataegus microphylla</i> C. Koch.	
Боярышник мелколистный	215
წითელი მოცვი	
<i>Vaccinium vitis-idaea</i> L. (<i>Rhodococcum vitis-idaea</i> (L.) Avror)	
Брусника	217
წითელი სამყურა	
<i>Trifolium pratense</i> L.	
Клевер луговой	218
წიწაკა	
<i>Capsicum annuum</i> L.	
Перец красный	219
წნორი	
<i>Salix alba</i> L.	
Ива белая	220
წყავი	
<i>Laurocerasus officinalis</i> M. Roem.	
Лавровишня лекарственная	221
წყლის მატიტელა	
<i>Polygonum hydropiper</i> L. = <i>Persicaria hydropiper</i> (L.) Spach	
Гречишник перечный	223
წყლის სამყურა	
<i>Menyanthes trifoliata</i> L.	
Вахта трехлистная	224
ქარხალი	
<i>Beta vulgaris</i> L.	
Свекла	225

ქიფერა <i>Phytolacca americana</i> L. Лаконос американский	227
ქილი <i>Juncus effusus</i> L. Ситник расходящийся	228
ქინკარი <i>Urtica dioica</i> L. Крапива двудомная	229
ქინკრის დედა <i>Lamium album</i> L. Глухая крапива	230
ქორხოს მუხა <i>Quercus dshorochensis</i> C. Koch Дуб Чорохский	231
ხარისმუბლა (თავყვითელა) <i>Senecio platyphylloides</i> somm. & Levier = <i>Adenostyles platyphylloides</i> (somm. & Levier) Czer. Крестовник широколистный	233
ხარისხლიქა <i>Asarum intermedium</i> (C.A.Mey.) Grossh. Копытень	234
ხახეთელა <i>Lysimachia verticillaris</i> Spreng. Луговой чай	235
ხახვი <i>Allium cepa</i> L. Лук	236
ხზომუბლა <i>Galega officinalis</i> L. Козлятник лекарственный	237
ხეზალახა <i>Solanum pseudopersicum</i> Pojark. Паслен сладко-горький	238
ხეშავი <i>Rhamnus cathartica</i> L. Крушина слабительная	239

ბეკრელი	
Frangula alnus Mill.	
Крушина ломкая	240
ხსებრი ალოე	
Aloe arborescens Mill.	
Алоэ древовидное	242
ჰიმალაური კედარი	
Cedrus deodara Laws.	
Кедр гималайский	243

გამომცემლობის დირექტორი – ნანა ხახუტაიშვილი
გამომცემლობის რედაქტორი – ლალი კონცელიძე
ტექნიკური რედაქტორი – ედუარდ ანანიძე

ხელმოწერილია დასაბუჭდად 14.02.2012
ქაღალდის ზომა 60X84 1/16
ფიზიკური თაბახი 16.7
ტირაჟი 100

შპსი სახელმწიფოებ(ო)

დაიბეჭდა უნივერსიტეტის სტამბაში

ქ. ბათუმი, ნინოშვილის 35

